भगवत गीताको दर्शन

(Philosophy of Bhagawat Gita)



(व्याख्या र विश्लेषण)

देवीप्रसाद प्रसाई

२०७४

भगवत गीताको दर्शन
देवीप्रसाद प्रसाई


9789937-0-3369-5

भगवतगीताको दर्शन

(Philosophy of Bhagawat Gita)

ब्याख्या र विश्लेषण

देविप्रसाद प्रसाई

२०७४

भगवतगीताको दर्शन (Philosophy of Bhagawat Gita)

पहिलो संस्करण, १००० प्रति

प्रकाशक
देवीप्रसाद प्रसाई
फोन: ५२०२०५७
महालक्ष्मी २, ललितपुर
इमेलः deviprasai@yahoo.com (सुझाव र प्रतिकयाका लागि)

मुद्रणः अजीमा अफसेट प्रेस, बागबजार, काठमाण्डौ

मूल्यः अमूल्य (दान स्वरुप)

ISBN: 9789937-0-3369-5

विषयसुचि

भूमिका

हामी सबै जनाले थोर बहुत रुपमा श्रीमद्भगवत गीताको अध्ययन र साधना गरेको छौं । गीता आफैमा ज्ञानको अथाह भण्डार हो । यसबाट कसले कति लिन सक्छ अथवा कति ग्रहण गर्न सक्छ त्यो व्यक्तिको ग्रहणशीलता र बोधगम्य क्षमतामा निर्भर रहन्छ । मेरो ग्रहणशील क्षमता र बोधगम्य शक्ति पनि कम भएकैले होला चरण चरणको अध्ययनको क्रममा मैले फरक-फरक सन्देश पाँए । एकै पटकमा पूर्ण अर्थ अथवा पूर्ण सन्देश धेरै प्राध्यापक, ऋषीमुनि, सन्त, साधु, आत्मा साक्षात्कार गरेका व्यक्तिहरुले पाउन सक्नु भयो होला । म त सीमित विषयको शिक्षार्थी र आंशिक समयको साधक भएकाले भित्री सतह सम्म पुग्न धेरै कठिन भयो । जसरी नरिवलको बाहिर जटा छ त्यो भित्र कठोर खवटो छ । त्यो भित्र मिठो नरिवलको फल छ र त्यो भन्दा पनि भित्र अमृत तुल्य नरिवलको पानी छ । त्यस्तै गरी मलाई भित्री सम्म पुग्न र रस स्वादन गर्न कठीन भयो । पहिलो सतहको ज्ञान नरिवल भनेको जटा मात्र हो त्यहाँ स्वाद पाइन्न । सतही ज्ञान लिन पनि कठीन छ । स्वाद पाइन्न । त्यो जटा भित्र कठोर खवटो छ, त्यो फुटाउन ज्यादै कठिन छ । नरिवल फल जुन स्वादिष्ट छ त्यसलाई जटा र कठोर खवटाले छोपेका छन्, ठीक त्यस्तै गरी संसारिक लोभ, मोह र दोषका जटा र खवटाले असल ज्ञान र प्रज्ञालाई छोपेर राखेको छ । नरिवलको फल भित्र पानी छ, त्यो आत्मा तत्व हो, जसलाई चिन्ह गाह्रो छ । धेरै जटामै अल्झिन्छन् । कमैले मात्र खवटो फुटाउ सक्छन् तर ती पनि नरवलको फलमै रमाउँछन् । नगन्यले मात्र त्यो फल भित्रको पानी अथवा अमृत तत्व वुझ्दछन् र परम् आनन्द लिन सक्छन् ।

गीताको प्रारम्भिक चरणको ज्ञान नरिवल भनेको जटा हो भनेर बुझेजस्तै हो । कर्मकाण्डीहरुले बुझ्ने गीता भनेको पाठ गर्ने एउटा पुस्तक हो जुन पाठ गरेपछि फल प्राप्त हुन्छ, समृद्धी प्राप्त हुन्छ, धन, दौलत, सन्तान प्राप्त हुन्छ, सुस्वास्थ्य प्राप्त हुन्छ र असल सम्बन्ध प्राप्त हुन्छ आदि आदि । यति मात्र होइन बैकुण्ठ बास हुन्छ भनेर मर्ने वेलामा गीता पाठ गरेर सुनाउने गर्छन् । प्रारम्भिक चरणको गीता पाठ गर्नु भनेको नरिवल भनेको जटा भएको फल हो भनेर बुझेजस्तै हो । जब व्यक्ति अझ घोत्लिएर अध्ययन गर्छ र साधनालाई बढी समय सम्म गर्छ तब गीताको ज्ञान बोझे बुझाई भन्दा फरक हुँदो रहेछ, यो बुझ्न र बोध गर्न पनि कठिन र अर्थ निकाल्न झन् कठिन भएको मैले महशुस गरे । धेरै व्यक्तिहरु यस्तो कठिन अध्ययन र साधना

गर्नुभन्दा बोक्रे बुझाईमै रमाउछन् । उक्त ज्ञानको साधना गर्दै गर्दैनन् र गरेपनि कम मात्र साधना गर्छन् । गीता पढेर बुझिदैन, साधनाले मात्र बुझिन्छ । निष्काम कर्म भनेको फलको आशा नगरि गरिने कर्म वा काम हो । यो बुझाई बोक्रे ज्ञान मात्र हो । पहिलो अर्थमा न त त्यो प्रभुपादजीले भने जस्तो फल भगवानलाई समर्पण गर्नको लागि निष्काम कर्म गर भनिएको हो । न त कामना नगर्नु मात्र हो, बरु मनलाई ब्रह्ममा लगाई कर्म गर्नु समेत हो । यसो गर्‍यो भने मनमा अपवित्रत्रा आउदैनन् ।

दोश्रो, मानिसमा आशक्ति नहोस् भन्नकै लागि फलको आशा नगर भनेको हो । मानिसमा लोभ, मोह कम गर्नकै लागि फलाशक्ति नगर्नु भनेको हो । मुल कुरा लोभ, मोह र दोषबाट मुक्त हुनु हो । प्राकृतिक रुपले कुनै बिरुवा रोपे पछि, त्यसको हेरचाह गरे पछि फल त लागि हाल्छ तसर्थ फलको ईच्छा गरे पनि बोटमा फल लाग्छ, फलको आशा नगरे पनि फल लाग्छ । फरक यति छ, फलको ईच्छा नगर्दा असिनाले फल लगे पनि उ दुःखी हुँदैन । अचाक्ली फल फलेर हाँगा नहुइए पनि खुशी हुँदैन किनकि उसले फललाई श्रीकृष्णमा अर्पन गरेको हुन्छ । फलको पछाडि दौडियो भने मानिस संसारिक विषय भोग, लालसा र लोभमा पर्छन् ब्रह्मतत्वतिर लाग्दैनन् । यो नासवान शरीर यसले मागने विषय वस्तुको आपूर्ति गर्दै जाने हो भने ब्रह्मतत्व वा ज्ञान/प्रज्ञा बुझ्ने र अभ्यास गर्ने साधना तिर कोही लाग्दैन र झुटो संसारको बाटो मात्र लाग्छन । तसर्थ सत्य वाटोमा लगाउन कै लागि श्रीकृष्णले निष्काम कर्म गर भन्ने सन्देश दिनु भएको हो । कर्म गर्नु अथवा संसारिक कुरा गर्दा पनि ध्यान ब्रह्मतत्व तिरै जाओस् त्यसले आत्म प्रकाश गरोस् भन्ने हेतुले फलको आश नगर भनिएको हो । प्रकृति तत्व मै काम गरे पनि पुरुष तत्व नबिर्सनकै लागि फलको आशा नगर भनिएको हो ।

तेस्रो, गीता कविता जस्तो छ । फरक फरक अर्थ पाइने । जब जब म गीता पढ्न थाल्छु । यसका शब्दमा फरक-फरक अर्थ पाउन थाल्छु । फरक-फरक भावार्थ र लक्षणार्थ पाउन थाल्छु । खोइ के हो ? सीमित गृहणशीलताका कारण हो वा विषयवस्तुको गम्भिरता र क्लिष्टताको कारणले हो, मैले भगवत गीतालाई आंशिक हिसाबले मात्र बुझे । तीनै आंशिकहरुको संकलन गरी पूर्ण अर्थको नजिक पुर्‍याउन सक्छु कि भन्ने अभिप्रायले म एउटा अविद्यामा दीक्षित, गोबर गणेश र आंशिक साधकले सीमित गीताको ज्ञानलाई मेरा विद्वान पाठक समक्ष पस्कने कोसिस गरेको छु । यी भन्दा पृथक सन्देश र अर्थ हजुरहरुले बुझ्नु भएको छ भने यसलाई पुरकको रुपमा बुझिदिनु हुन

र यी बुझाई सँग बाँझिने हजुरहरुका बुझाई रहेछन् भने यिनीहरुलाई प्रतिस्थापन गरिदिनु हुनेछ भन्ने आशा गरेको छु ।

गीता आफैमा अथाह ज्ञानको महासागर हो । सबै १८ अध्याय र ७०१ श्लोकहरुको व्याख्या र विश्लेषण गर्नु मेरा लागि अटलान्टिक महासागर पार गर्नु, पानीको आयतन र गहिराईलाई मापन गर्नु र त्यहाँ रहेका सबै जलचरहरुको वर्णन गर्नु जत्तिकै कठीन कार्य हुन् । त्यसैले, मेरा साथीहरुले बुझ्न कठिन मानेका केवल २५ द्वन्दात्मक र दार्शनिक श्लोकहरुको मात्र यहां मैले व्याख्या र विश्लेषण गर्ने जमर्को गरेको छु । त्यसैले यो भगवत गीताको पुरक भाग मात्र हो, तर पनि यसमा सार छ । प्रत्येक अध्ययनका चरणमा मैले बुझेका भावहरुलाई समेटीकन यहाँहरु समक्ष प्रस्तुत गरेको छु ।

गीताको प्रत्येक श्लोकहरुको व्याख्या र विश्लेषण गरिएका धेरै किताब छन् तर दुई वा बढी श्लोकको बीचको अन्तरसम्बन्ध अथवा दुई वा बढी अध्यायहरु बीचको अन्तरसम्बन्धको व्याख्या र विश्लेषण गरिएको पुस्तक मैले पाउन सकिन । भगवत गीतालाई अनेकतामा एकत्व र एकत्वमा पनि अनेकता देख्ने गरी व्याख्या र विश्लेषण गरेको मैले पाइन । गीतालाई अवतल (concave) र उत्तल (convex) लेन्सबाट हेर्ने र द्वन्दात्मक तरिकाले अध्ययन, व्याख्या र विश्लेषण गरेको पनि कम मात्र पाइयो । सुक्ष्म जगतलाई हेर्न उत्तल लेन्सको आवश्यकता पर्छ भने स्थूल जगत हेर्न अवतल लेन्सको । एउटै श्लोकलाई अवतल र उत्तल लेन्सबाट हेरी व्याख्या र विश्लेषण गरेको मैले कुनै किताब पाइन । एउटै श्लोकलाई विभिन्न दृष्टिकोणबाट व्याख्या र विश्लेषण गरिएको पुस्तक मैले पाउन सकिन । उदाहरणको लागि सांख्यका आँखाले कर्मयोग र कर्मयोगको आँखाले सांख्यलाई हेर्ने, विश्लेषण र व्याख्या गर्ने गरेको पाइन । भगवत गीता बुझ्न श्लोकको अर्थ बुझेर मात्र यथार्थ ज्ञान प्राप्त गर्न सकिदैन । सन्दर्भ र दुई अध्याय बीचको अन्तरसम्बन्ध बुझ्न सक्नु पर्छ अथवा गहिरो अध्ययनको जरुरत पर्छ । वास्तबमा भगवत गीता द्वन्दात्मक दर्शनको पुस्तक हो, यो बुझ्न द्वन्दात्मक बिधिबाट नै अध्ययन गर्नु पर्छ । कर्मयोगीले भगवत गीता कर्मयोग कै शास्त्र देख्छ । सांख्यका अनुयायीहरुले सांख्यकै दर्शन देख्छ । भक्तियोग र ध्यानयोगले यो ग्रन्थमा आआफ्नै मार्ग नै प्रमुख देख्छन् । सांख्य र कर्मलाई विपरीत ध्रुव देख्नु अल्पज्ञानको परिचायक हो भने सांख्य र कर्म एक अर्काका पूरक देख्नु ज्ञानको परिचायक हो । त्यो भन्दा पनि माथि सांख्य र कर्मलाई एउटै देख्नु पूर्णज्ञानको वा बुद्धिमानीको परिचायक हो । यो पुस्तिकामा कसरी सांख्य र कर्म लाई एउटै देख्न सकिन्छ भनेर व्याख्या र विश्लेषण गरिएको छ ।

भगवत गीता अद्वैत र द्वैतबादको दोभान हो । यसमा अद्वैतबाद भित्र पनि द्वैतबाद र द्वैतबाद भित्र पनि अद्वैतबाद छ । त्यसैले धेरै विद्ववानहरु गीता दर्शनको विषयमा मौन वस्नुहुन्छ । गीता एउटा ज्ञानको माला हो जहाँ ज्ञानरुपी फूलका थुँगाहरु उनीएर एउटै माला बनेको छ । अद्वैतबाद यस अर्थमा हो कि सबै थुँगाहरु एउटै बस्तु फूलबाट बनेका हुन् र माला पनि एउटै मात्र हो । द्वैतबाद यस अर्थमा कि प्रत्येक फूलका थुँगाको आफ्नो अस्तित्व पनि छ वा प्रत्येक आत्मा परमात्माको अंश हुदा हुदै पनि उनीहरुको आफ्नो अस्तित्व पनि छ, तर पनि परमात्माबाटै नियन्त्रित र निर्देशित छन् । अद्वैतबाद भित्र पनि द्वैतबाद छ जस्तो कि एउटै वस्तु भित्र पुरुषतत्व र प्रकृतितत्व छन्, काठको बाहिरी देखिने वस्तु प्रकृति तत्व हो भने त्यो भित्र ईन्धन तत्व छ, त्यो पुरुष तत्व हो ।

यो पुस्तकमा मैले भगवत गीताका मात्र २५ दार्शनिक श्लोकहरुको तुलनात्मक, द्वन्दात्मक र अन्तरसम्बन्धका विधिबाट व्याख्या र विश्लेषण गर्ने कोसिस गरेको छु । भनिन्छ साधना नगरी सही ज्ञान वा प्रज्ञा प्राप्त हुँदैन तसर्थ मैले आफ्नै साधनाबाट प्राप्त प्रज्ञालाई भगवत गीताको संदेशसंग मन्थन गर्दै अन्तरसम्बन्ध खोज्दै प्राप्त ज्ञानलाई विद्धान पाठक समक्ष राख्ने जमर्को गरेको छु । म एउटा गोवर गणेशले दश चरण गीता पढदा पनि पुरा सन्देश बुझ्न सकिन । मैले जे जति बुझेको छु, यो पुस्तिकामा समेटेको छु । यसमा जे जति पनि गल्ति छन् ति मेरा नै हुन्, यसका लागि म क्षमा पार्थी छु । ती गल्ति औल्याई दिनु भएमा आगामि संस्करणमा सुधार गर्ने मौका पाउने थिए । त्यस्तै पण्डुलिपि हेरी भाषा संम्पादन गरी दिनु भएकोमा श्री राममणी दुवाडीज्यू प्रति धेरै आभारी छु ।

देवी प्रसाद प्रसाई
महालक्ष्मी २, ललितपुर, नेपाल
अक्षय तृतीया, वि. सं. २०७४

अध्याय १

कर्म, अकर्म र विकर्म

सामान्य अर्थमा मन, वचन र शरीरद्वारा यो लोक र परलोकमा फल दिने क्रियालाई नै कर्म भन्दछन् । त्यस्तै दुवै लोकमा कुनै पनि फल नदिने क्रियाकलापलाई अकर्म र यो लोक वा परलोकमा खराब फल उत्पन्न गर्ने क्रियाकलापलाई विकर्म भन्दछौं ।

भगवत गीता कर्मयोग प्रधान ग्रन्थ हो । हरेक व्यक्ति फल प्राप्तिको लागि नै कर्म गरिरहेको हुन्छ । वास्तवमा कर्म गर्नकै लागि हामी यो पृथ्वीमा आएका हौं । आत्माले शरीर नछाडेसम्म जानेर वा नजानेर कर्म गरिरहेका हुन्छौं । कर्मलाई हामीले सत्कर्म वा पवित्र कर्मको रुपमा बुझ्नु पर्छ । अकर्मलाई चाही दुई अर्थमा बुझ्न सकिन्छ । पहिलो कर्म नै नगर्नु र अर्को चाही कर्म गरिए पनि त्यसबाट कुनै प्रतिक्रिया नआउनु । सकारात्मक वा नकारात्मक प्रतिक्रिया प्राप्त नहुने कर्म, कर्म जस्तो देखिए पनि त्यो अकर्म नै हो । अर्को, विकर्म अथवा विपरित कर्म, हिंसात्मक कर्म र अरुलाई दुःख दिने कर्म । सत्कर्म वा पवित्र कर्मको विपरीत जुन कर्म गरिन्छ त्यसलाई नै विकर्म भन्दछौं । कर्ममा अकर्म र अकर्ममा कर्म देख्नु नै वुद्धिमानी हो अथवा त्यो नै उत्कृष्ट ज्ञान हो । यो अध्यायमा कर्ममा अकर्म र अकर्ममा कर्म कसरी देखिन्छ, त्यही विषयको ब्याख्या र विश्लेषण गरिएको छ ।

मैले भगवत गीतालाई पहिलो चोटी अध्ययन गर्दा भगवान कर्मफलको बन्धनमा हुँदैनन् अथवा फल लाग्ने नलाग्ने विषयमा कुनै फिक्री गर्दैनन भन्ने कुरा बुझे । भगवानमा फलको इच्छा हुँदैन तर मानिसमा फलको इच्छा हुन्छ त्यसले मानिस कर्मबन्धनमा बाँधिएका हुन्छन् । मानिस प्रकृति तत्वको प्रभावमा पर्छन् भने भगवान प्रकृति तत्वको प्रभावमा हुँदैनन् । प्रकृति तत्व भगवानबाटै उत्पन्न हुन्छ । तसर्थ उनी प्रकृति तत्वको प्रभावमा हुँदैनन्, उनी प्रकृति भन्दा माथि छन् । त्यसो भए मानिस जो कर्मफल वा कर्म बन्धनबाट मुक्त भयो भने भगवान हुन्छन् त ? कदीप हुँदैनन् । कर्मबन्धन भनेको मानिस जन्म,

बूढ्याई र मरण आदिको बन्धनमा बाँधिएका हुन्छन् । तसर्थ कर्म बन्धनबाट पूर्ण रुपमा मुक्ति हुनु भनेको जन्मनु तथा मर्नु नपर्ने अवस्था हो । त्यसो त भगवान पनि पूर्ण रुपमा बन्धन मुक्त छैनन । उनी पनि जब जब पृथ्वीमा खराब काम बढेर सीमा नाघ्दछ वा धर्मको विनाश हुन थाल्छ, उनीले पनि यस पृथ्वीमा जन्म लिनु पर्छ । मानिसको कुरा छोडौं।

यदा यदा हि धर्मस्य ग्लानिर्भवति भारतः ।
अभ्युत्थानमधर्मस्य तदात्मानं सृजाम्यहम् ॥ ३ ।७

परित्राणाय साधुनां विनाशाय च दुष्कृताम्
धर्म संस्थापनार्थाय संभवामि युगे युगे ॥ ३। ८

जब जब धर्मको नाश हुन्छ र अधर्मको लहर फैलिन्छ, त्यही त्यही बखत भगवान पनि जन्म लिएर यो पृथ्वीमा आउनु हुन्छ अथवा अवतार लिनु हुन्छ । यस्तो अवतारमा भगवानले साधुहरुको रक्षा र दुष्टहरुको नाश गर्नु हुन्छ । लोकलाई देखाउन भगवान पनि आवश्यक परे कर्मबन्धनमा बाँधिएको देखाउछन् भने मानिस त कर्मबन्धनबाट पूर्ण रुपमा मुक्त हुन कठिन छ तर पनि कर्मबन्धनमा थोरै मात्र बाँधिएर कर्म गर्न भने सक्छन् । जन्मनु, मर्नु त मानिसले पर्छ नै तर अरु सुख, दुःखको बन्धनबाट चाही मुक्ति पाउन सक्छ ।

पहिलो चोटी गीता अध्ययन गर्दा मैले अकर्ममा कर्म र कर्ममा अकर्म देख्न सकिन । कर्म र विकर्म छुट्याउन त सकैं तर अकर्म बुझ्न सकिन । विकर्म र अकर्म क्रियाको आधारमा छुट्याउन कोसिस गरैं । अरुलाई पिडा दिने हिंसाजन्य कर्मलाई विकर्म र उपकारी कामलाई कर्मको रुपमा परिभाषित गरे ।

दोस्रो चरणको अध्ययनमा मैले कर्म र अकर्मलाई बुझ्ने प्रयास गरे । कर्मको आधारमा कर्म र अकर्मको परिभाषा गरैं । फल लाग्यो भने कर्म भयो, फल लागेन भने अकर्म भयो । केही नगरी बस्यो भने अकर्म भयो, केही गऱ्यो भने कर्म भयो । प्रतिक्रिया आयो भने कर्म भयो, आएन भने अकर्म भयो ।

तेस्रो चरणमा मात्र मैले अकर्ममा कर्म देखें र कर्ममा पनि अकर्म देखें । मानिस केही नगरी बसे पनि सबै इन्द्रियहरुले काम गरिरहेका

हुन्छन् । आँखाले हेर्छ, चित्र ग्रहण गर्छ । कानले सुन्छ र ध्वनि ग्रहण गरिरहेको हुन्छ । छालाले चिसो तातोको सूचना मष्तिस्कलाई दिइरहेकै हुन्छ । मुटुले रगत तान्ने र पठाउने कार्य गरिरहेकै हुन्छ । तसर्थ अकर्ममा पनि कर्म देखियो । त्यस्तै प्रकृतिले पनि काम गरिरहेको छ, पानी परेकै छ, घाम लागेकै छ । बोट विरुवा उम्रदै छन्, फल दिदै छन् र मर्दै पनि छन् । प्रकृतिले कर्म नित्य गरिरहेकै छ । त्यो कर्म नै भयो ।

कर्मण्यकर्म यः पश्येदकर्मणि च कर्म यः ॥
स वुद्धिमान्मनुष्येषु स युक्तः कत्स्नकर्मकृत् ॥ ४।१८

जब फलको कामना नगरिकन कर्म गरिन्छ भने त्यो कर्म भएपनि अकर्म नै हुन्छ, कारण यसले फल उत्पन्न गर्दैन वा उत्पन्न गरे पनि त्यो कर्मफलको बन्धनमा रहदैन । कसैले फलको आशा सहित सुन्तला रोप्छ भने त्यो कर्म भयो, फल लागे लाग्ला नलागे नलाग्ला विरुवा रोप्नु कर्तव्य संझेर कर्म गऱ्यो भने त्यो कर्म भए पनि अकर्म हो किनकि उसमा फलको आशक्ति भएन । त्यस्तै, कर्मफललाई श्रीकृष्णमा समर्पण गर्नु पनि अकर्म नै हो । कर्म गर्ने तर त्यो कर्मफल आफूले ग्रहण नगरेमा पनि त्यो कर्म जस्तो देखिए तापनि अकर्म नै हुन्छ भन्ने कुरा बुझें ।

तेस्रो चरणमा कर्मयोगको अध्ययन गर्दा कर्मको प्रकृति आधारमा नभई उद्देश्यको आधारमा कर्म र विकर्म हुन्छ भन्ने ज्ञान भयो । पाण्डवहरुले गरेको कर्म विकर्म हो, हिंसात्मक कर्म नै हो । हजारौं व्यक्तिहरु मारिनु, लाखौं घायल बनाइनु सामान्य परिभाषामा हेर्दा विकर्म देखिन्छ तर त्यस्तो कर्मको उद्देश्य धर्मको संस्थापन गर्नु, शान्ति र अमन चैन कायम गर्नु र दिगो खुशी बनाउनु चाहिँ असल उद्देश्यहरु हुन् । त्यसैले यो हेर्दा विकर्म देखिए पनि त्यो कर्म नै हो । तल केही द्धन्दात्मक उदाहरणहरु दिइएका छन् ।

१. हिजो आज दुनियामा जति पनि हिंसात्मक कार्यहरु भइरहेका छन्, सबैले शान्ति स्थापनाका लागि नै यी हिंसात्मक कदम चालिएको दावी गर्छन् । के त्यस्तो हो भने संसारमा विकर्म नै भएको छैन त ? अवश्य पनि विकर्म क्रियाकलाप हुँदै आएका छन् । मानिसले अरु सबैलाई उद्देश्य ढाँट्न सक्छ तर आफ्नो आत्मालाई ढाँट्न सक्दैन । विकर्म र कर्मको फरक आत्माले छुट्याउँछ

। प्रमाणले होइन । प्रमाणले अमेरिकाले इराकमा गरिएको आक्रमण वा विकर्मलाई पनि कर्म हो भनेर जबरजस्ती प्रमाणित गर्छ तर के जर्जवुसको आत्माले उनलाई त्यो कर्म हो भन्छ त ?

२. नेपालमा भएको माओवादी युद्ध वर्वरतापूर्ण, क्रूर र हिंसात्मक थियो र त्यसलाई दमन गर्न गरिएको प्रत्याक्रमण अझ क्रूर र अमानवीय थिए । माओवादीलाई उनीहरुको युद्धको उद्देश्य के थियो भनेर सोध्दा शान्ति स्थापना गर्नु, सामाजिक न्यायको स्थापना गर्नु र जीउदै मार्ने सामन्ती राजतन्त्रको उन्मूलन गर्नु भन्दछन् । त्यसो भए त सबै असल कर्म वा कर्म नै गरिएको रहेछ, विकर्म त होइन रहेछ भन्ने भान हुन्छ । । तर प्रचण्ड र बाबुरामको आत्माले यस्ता विकर्मलाई कर्ममा परिवर्तन गर्न अनुमति दिन्छ ? शान्ति स्थापनार्थ युद्ध भएको भए शान्ति सम्झौता पछि उनीहरुले कर्म सन्यास लिने थिए ।

३. सम्राट अशोकले गरेको विकर्ममा हामीले कर्म देख्यौ, हनुमानले गरेको विकर्ममा हामीले कर्म देख्यो किनकि वहाँहरुको कियाकलापले कर्म हो भनेर प्रमाणित गर्न सक्नुभयो र हाम्रो आत्माले पनि ती कियाकलापललाई कर्म नै हो भन्छ किनकि सम्राट अशोक परिवर्जित भई बुद्ध धर्मको प्रवर्धनमा लाग्नु भयो । राजकीय सुख शयल छोडेर दशशील पालन गर्नुभयो । प्रदान गरेको राज्य पनि हनुमानले स्वीकार्नु भएन । सदैव श्री रामजीको सेवामा लाग्नु भयो । तसर्थ त्यो विकर्म जस्तो देखिए पनि निष्काम कर्म नै हो ।

४. समाधिमा रही मनलाई केन्द्रीकृत गरी स्थितप्रज्ञ पुरुषले मनलाई नियन्त्रण गर्ने कार्य गर्नु भएको छ भने त्यो अकर्म नै हो किनकि त्यस बखत कर्मफलबाट व्यक्ति टाढा रहेको हुन्छ । ध्यान, तपस्या र साधनारत व्यक्तिको मनले कर्म गर्दा यो लोक र परलोकमा भलाई हुने हुँदा यो कर्म गरेको जस्तो देखिन्छ, अपितु कर्मफलको बन्धनबाट टाढा रहेकाले यी अकर्म नै हुन जान्छन् । त्यही कर्म कसैले तनाव घटाउन वा मनोरोगको उपचारका लागि ध्यान गर्छ भने त्यो अकर्म जस्तो देखिए पनि कर्म नै हुन जान्छ किनकि यसमा कामना वा वासना छ ।

५. कसैले खराब नियतले राम्रो कार्य गरेको रहेछ भने त्यो कर्म जस्तो देखिए पनि विकर्म नै हो । कुनै मानिस कसैमाथि विजय हासिल गरौं भनेर अथवा मार्न सकौं भनेर कुनै अमुक देवी, देवताको ध्यानमा बसेको छ भने त्यो हेर्दा कर्म जस्तो देखिए पनि विकर्म नै हो । त्यो ध्यान वा तपस्या असलको लागि नभई खराब फल पाउनका लागि गरिरहेको हुन्छ ।

६. धेरै अपराधीहरु साधुको भेषमा तप गरिरहेको देखिए पनि उनीहरु आपराधिक कर्ममा बाँधिएकाले त्यो विकर्म नै हुन्छ ।

७. सबैभन्दा नीच विकर्म त मैले देवीथानमा धेरै निर्दोष पशुपंक्षीको बलि दिएको देखेको छु। त्यसमा पनि मैले कर्म देखेँ किनकि बलिबाट उनीहरुको आत्माले त्यो पशु शरीरलाई छोडेर राम्रो नयां शरीर धारण गर्छ । त्यही कर्मलाई हिंसाको वा शक्तिको लागि गरिएको हो भने त्यो विकर्म भयो । त्यस्तै सबैभन्दा राम्रो अकर्ममा पनि कर्म देखेँ । म एक पटक ध्यानको साधना गरी सकेको ब्यक्ति पुन: ध्यान गर्न जाँदा अर्को कहिल्यै जान नपाएको ब्यक्तिको अवसर गुम्छ । त्यसैले त्यो अकर्ममा पनि मैले कर्म देखेँ ।

८. धेरै व्यक्तिहरुले अरुलाई पीडा दिई गैरकानुनी रुपमा अकुत सम्पत्ति जम्मा पारेछ र त्यसको केही अंश दान गरेछ भने त्यो दान पनि विकर्म नै हो किनकि त्यो दान पापमुक्त हुन गरिएको छ । गलत फलको आस गरिएको छ, त्यसैले त्यो असल कर्म जस्तो देखिएता पनि विकर्म नै हुन जान्छ । अकर्ममा पनि विकर्म देखे ।

९. कुनै स्थानमा नराम्रो घटना भयो भने देखेर, सुनेर पनि डरको कारण केही नबोली वा साक्षी नबसी चुपचाप बसेको रहेछ भने त्यो हेर्दा अकर्म जस्तो देखिए पनि विकर्म नै हुन जान्छ ।

१०. कसैले कुनै यज्ञको आयोजना गरी धेरै व्यक्तिहरु बोलाई अभिमानपूर्वक ब्राह्मणलाई दान दिएको रहेछ वा त्याग नै गरेको रहेछ भने त्यो अकर्म जस्तो देखिए पनि कर्म नै हो किनकि उसमा दान दिएर नाम कमाउने आशा छ अथवा आफ्नो नाम र कामको प्रचारको आशा छ । त्यो हेर्दा अकर्म अथवा फलाशक्ति नभएको व्यक्ति देखिए पनि वास्तवमा फलाशक्ति (नामको र कृतिको) भएको हुँदा कर्म नै हुन जान्छ ।

११. हिजो आज १००।- रुपैया दान दिएर रु.२००।- बराबरको प्रचार प्रसारको अपेक्षा गर्दछन् । त्यो हेर्दा अकर्म जस्तो देखिए पनि त्यो कर्म नै हुन जान्छ किनकि उसमा कीर्ति र सुवासको कामना छ । अझै कसैमा त घमण्ड नै हुन्छ । तामसी हुन्छ । यसरी मैले पनि कर्ममा अकर्म, अकर्ममा कर्म, विकर्ममा कर्म र कर्ममा विकर्म देख्न थालेँ । तर पनि म विद्धान व्यक्ति चाहिँ होइन किनकि गीताको अध्ययन र साधना ममा सीमित छ । थोरै मात्र बुझेको छु ।

१२. अपराधमा निर्अपराध र निर्अपराधमा अपराध देख्न सक्नु पर्छ । मानिसमा लोभ, मोह र द्धेष हुन्छन् । लोभ, मोह र द्धेष भए पछि सबै जनाले जानी वा

नजानी अपराध गरेका हुन्छन् । कोही पनि निर्अपराधी छैनन् । कसैले अपराध लुकाएर निर्अपराधी हुन्छन् भने कोही चाँही नलुकाएर अपराधी । कसैले मनले, कसैले बचनले र कसैले कर्मद्धारा अपराध गरिरहेका हुन्छन् । मनले कतिको संम्पतिमा आँखा लगाएको हुन्छ, के त्यो अपराध होइन ? मन मनै कति संग यौन सम्पर्क गरेको हुन्छ । मन मनै कतिको विरुद्ध जाल बुनिन्छ, के त्यो अपराध होइन ? मनले कतिलाई हत्या गरेको हुन्छ, के त्यो अपराध होइन ? मनबाट भएका अपराध झन ठूला हुन् । मनबाट गरेको अपराध पनि विकर्म नै हो । तर न्यायका र समाजका आँखाले ती अपराधलाई अपराध देख्दैनन् । त्यसैले अपराध (विकर्म) मा पनि निर्अपराध (कर्म) देखियो । कसैले मनले नसोची तर रिसको आबेगमा आएर कसैको हत्या गर्‍यो भने उसले लोभ र मोहका कारण हत्या गरेको होइन । यस अर्थमा उ निर्अपराधीनै हो, तर उसलाई न्याय र समाजले अपराधी बनाउँछ । यसमा निर्अपराधमा पनि अपराध देखियो । मनले अपराध गर्ने हो, हातले होइन । हात त आदेश पालक मात्र हो । जसले मैले हत्या गरे भनेर मनमा क्लेश राख्नु भएको छ भने पनि त्यो पनि बेकार कुरा हो । न तपाईले मारेको हो न कोही मारिएको नै हो । न कोही हत्यारा हो न कसैको हत्या भएकै हो । कृष्णले अर्जुनलाई भन्नु भएको छ, मार्ने काम म गरिरहेको छु, तिमी निमित्त मात्र बन । हामीले देखेका हत्यारा त केवल माध्यम मात्र हुन् । मार्ने काम त कृष्ण स्वयंले गरिरहनुभएको छ । त्यसैले अपराधमा पनि निर्अपराध देखियो । कसैले मनमा क्लेश नराख्नु होस् । आत्मा न मर्छ न कसैले मार्न सक्छ । अब तपाईले मनलाई सफा राख्नु होस्, क्लेश हटाउनु होस्, बरु विकर्मलाई अकर्ममा बदल्ने तिर लाग्नुहोस् ।

१३. अकर्ममा कर्म देख्नु भनेको काम नगरेको बेला पनि कर्म नै गरेको देख्नु हो । खेलाडी केही समयसम्म खेल्छ अथवा कर्म गर्छ र थाके पछि केही समय विश्राम लिन्छ । विश्राम लिनु भनेको अकर्म जस्तो देखिएतापनि त्यो कर्म नै हो । विश्रामले कर्म गर्न थप उर्जा प्रदान गर्छ र विश्रामद्वारा खेलाडी अझ फूर्तिलो र चलाखीपूर्ण रुपमा खेल खेल्छ । शारीरिक रुपले मात्र विश्राम हुन्छ, मानसिक रुपले विजयको रणनीति वा योजना बनाई रहेको हुन्छ, त्यसैले खेलाडीले विश्राम गर्नु पनि कर्म नै हो । हरेक कर्म गर्दा अकर्म पनि आवश्यक पर्छ । पठनपाठन, खेतीपाती, व्यापार र सेवामूलक कर्ममा विश्राम आवश्यक पर्छ । जुन अकर्म जस्तो देखिएतापनि त्यो कर्म नै हो । किनकि यसले पुनर्ताजगी बनाउँछ । रणनीति र योजना बनाउने काम गरिन्छ । शरीरलाई र मनलाई विश्रामले इन्धन प्रदान गर्छ । त्यसैले हरेक कर्म गर्दा विश्राम आवश्यक पर्छ । आध्यात्मिक ध्यान, योग र यज्ञ जस्ता सबै आध्यात्मिक

कर्ममा विश्राम दिइन्छ। त्यस्ता क्रियाकलाप झट्ट हेर्दा अकर्म जस्तो देखिएता पनि ती कर्म नै हुन्। किनकि यिनीहरुले कर्म गर्न थप प्रोत्साहन गर्छन् ।

१४. हिजोआज मनोरन्जनको लागि विकासे कार्यालयहरुले वनभोजको कार्यक्रम गर्छन्, जुन हेर्दा अकर्म जस्तो देखिए पनि त्यो कर्म नै हो। वनभोजले मनोरन्जनात्मक हिसाबले कर्म सम्पन्न गर्छ । वनभोज सँगसँगै विकास आयोजनाको सोच, योजना र भावी रणनीति बारे विचार, विमर्श गरिन्छ । त्यसैले त्यो अकर्म जस्तो देखिएता पनि कर्म नै हो ।

१५. कसैले गीत सुन्दै काम गरिरहेका हुन्छन् । गीतको धुनमा कर्म सम्पन्न गर्छन् । यसो हेर्दा कर्म गरेको भएपनि त्यो अकर्म नै हुन्छ । कारण उसको मन मस्तिष्कमा काम गरेको वा कर्म गरेको भान नै हुँदैन । हिजो आज गीत बजाउँदै गाडी चलाउने गीतसंगीतको धुनमा कसरत गर्ने वा संगीतको धुनमा ध्यान मग्न हुने गर्छन । यी सबै कर्म जस्ता देखिएता पनि अकर्म नै हुन् । किनकि मस्तिष्कमा त्यस्तो कर्मको प्रतिक्रिया प्राप्त हुँदैन । तिनै क्रियाकलापहरुले शरीर हृष्टपुष्ट पार्न, मनोरन्जन गर्न र काम बढी होस भनेर गरिन्छन् भने अकर्म जस्तो देखिएता पनि कर्म नै हुन्छन् ।

१६. जुन कर्मबाट कुनै प्रतिक्रिया प्राप्त हुँदैन, त्यस्तो कर्म अकर्म हो । परमेश्वरको नाममा गरिने सबै कर्महरुबाट कुनै प्रतिक्रिया प्राप्त हुँदैन । तसर्थ ती सबै क्रियाकलापहरु कर्म जस्तो देखिएता पनि अकर्म नै हुन् । पवित्र कर्म जस्तो भएपनि यसबाट प्रतिक्रिया प्राप्त हुदैन । होम, यज्ञ, तप, जप, त्याग सबै कर्मबाट कुनै प्रतिक्रिया प्राप्त हुँदैनन् । यस्ता कर्मबाट फलको आशा गरिएको हुँदैन । तसर्थ यी कर्म हुँदाहुँदै पनि ती अकर्म नै हुन् । यी कर्मभित्र अकर्म देखिन्छ । तिनै होम, यज्ञ, तप, लोकलाई देखाउन र स्वार्थपूर्तिको लागि गरिन्छन् वा फलको आशा सहित गरिन्छन् भने तिनीहरु कर्म हुन्छन् ।

१७. कर्म नगरी बसे पनि मनमा पापी सोच भइरहेको छ भने त्यो अकर्म गरे पनि त्यो विकर्म नै देखिन्छ । पापी सोच मनमा आउनु भनेको विकर्म हो । मानिस कर्म नगरी बस्छ भने उसको मन तटस्थ अवस्थामा बस्नु पर्छ अथवा पुण्यमय र पापपूर्ण कुनै सोचाई आउनु हुन्न । त्यसो हुनु भनेको विपास भावना बनाउनु हो अथवा ध्यानमा मग्न हुनु हो । त्यो आध्यात्मिक कर्म हो तापनि यसबाट कुनै प्रतिक्रिया प्राप्त हुँदैन । त्यसैले यो अकर्म नै हो । कुनै मानिस कुनै कर्म नगरी बस्छ र पुण्य अथवा पापयुक्त सोचाइ राख्दैन भने त्यो अकर्म हुन्छ । कुनै व्यक्ति केही नगरी बस्छ तर मनमा पुण्य कर्म सोच्छ भने पनि त्यो अकर्म जस्तो देखिए पनि कर्म नै गरेको मानिन्छ ।

१८. निष्काम कर्म गर्नु पनि अकर्म नै हो । किनकि त्यसमा फलको इच्छा हुँदैन । फलको लागि नभई निस्वार्थ भावले कार्यसम्पादन गरिएको हुन्छ । निष्काम कर्म गर्नु भनेको अकर्म हो किनकि यसबाट कुनै प्रतिक्रिया आउदैन । संवैधानिक राजा पनि निष्काम कर्म गर्दछन् । उनले सम्पादन गरेको कर्मप्रति कुनै प्रतिक्रिया प्राप्त हुँदैन । त्यस्ता संवैधानिक राजाले आफ्ना स्वार्थमा कुनै कर्म गरेकै हुँदैन । क्रियाशील राजा जसले निष्काम कर्म गर्छ भने त्यो पनि अकर्म नै हुन्छ । राजा जनकको राज्यप्रति कुनै मोह थिएन । न त प्रशस्त अन्न उत्पादन हुँदा वा बढी कर संकलन हुँदा खुशी हुन्थे न त दैवी प्रकोपले असिना पानी आएर अन्न वाली नष्ट हुँदा दुःखी हुन्थे । तर पनि उनले कर्म गरिरहे । कर्म छोडनु ईश्वरीय कार्यमा बाधा पुऱ्याउनु हो । त्यसैले उनी कर्ता र भोक्ता नभई केवल साक्षी सम्झेर कर्म गर्दै गए । त्यसैले उनी कर्म बन्धनबाट मुक्त थिए । उनको कर्मबाट कुनै प्रतिक्रिया आउदैनथ्यो । उनमा लोभ, मोह, द्वेष, घमण्ड र अज्ञानता थिएन । त्यसैले उनले राजा भएर गरेका कर्महरु हेर्दा कर्म जस्तो देखिएता पनि ती अकर्म हुन् । किनकि त्यसबाट कुनै प्रतिक्रिया प्राप्त हुदैनथे ।

चौथो चरणमा मैले कर्मयोगको अध्ययन गर्दा के बुझें भने हामी नाङ्गै जन्मन्छौं र नाङ्गै मर्छौं । जे चीज छ त्यो कुनै आफ्नो होइन । कर्म त जन्मेपछि गर्नै पर्छ तर जुन फल प्राप्त हुन्छ त्यो भगवानलाई चढायो भने हेर्दा त्यो कर्म गरेको जस्तो देखिएता पनि फलबाट मुक्त भएकोले अकर्म हुन्छ । अकर्म न त कर्म बन्धनमा बाँधिन्छ न त विकर्म अथवा विपरित कर्मतिरै लाग्छ । तसर्थ फल भगवानलाई चढाएर कर्म गर्नु नै उत्तम हुन्छ । हरेक कर्म गर्दा यो भगवानको लागि गरेको सम्झी पूर्ण गरेमा र फल भगवानलाई नै समर्पण गरेमा पनि कर्म सन्यास नै हो किनकि त्यो कर्मबन्धन अथवा सुख र दुःखको भवसागरबाट मुक्त हुन्छ । न त धेरै फल लाग्दा ऊ हर्षित हुन्छ न त असिनाले सबै फल झार्दा दुखित हुन्छ । सुख-दुःखबाट मुक्त हुनु भनेको कर्मबन्धनबाट मुक्त हुनु हो ।

अकर्म पनि कर्म नै हो । उदाहरणका लागि फुटबल वा क्रिकेट खेललाई लिन सकिन्छ । कुनै खेलाडीले आफू भन्दा अझ राम्रो खेल खेल्न सक्ने अथवा आफूभन्दा पनि राम्रोसँग टिमलाई नेतृत्व दिई विजयको माला पैह्राउन सक्ने साथीलाई उक्त टिमको क्याप्टेन बनाई आफू सन्यास लिन्छ भने त्यो हेर्दा अकर्म जस्तो देखिए पनि त्यो कर्म नै हो किनकि

त्यो क्याप्टेनले कर्मलाई अझ राम्ररी सम्पादन गर्न आफूले खेलबाट सन्यास लिएको हो । त्यो हेर्दा कर्म सन्यास जस्तो देखिए पनि कर्मयोग नै हो किनकि यसका हातहरुले मात्र कर्मबाट सन्यास लिएका छन् तर मनले वचनले कर्म नै गरिरहेका हुन्छन् । वास्तवमा हाम्रो जीवन नै पूर्वार्धमा कर्म र उत्तरार्धमा सन्यासका लागि बनाइएको सुन्दर रचना हो । जहाँ ब्रह्मचर्य, गृहस्थ, वानप्रस्थ र सन्यास अवस्था पार गर्नु पर्छ । ब्रह्मचर्य र गृहस्थी कर्ममा व्यस्त हुने अवस्था हो । हुन त ब्रह्मचर्यमा मनलाई ब्रह्ममा लगाई अध्ययन गर्ने अवस्थाको रुपमा चित्रण गरिएको छ तर अध्ययन भौतिक वा आध्यात्मिक उन्नतिको लागि गरिएको कर्म भएकोले कर्मयोग बढी र कर्मसन्यास कम हुन्छ । गृहस्थी अवस्था कर्मयोगी अवस्था हो जहाँ कर्म बाहेक अकर्मको परिकल्पना पनि गर्न सक्दैनौं । कर्म नै जीवन हो भन्ने सन्देश गृहस्थी अवस्थाले दिन्छ ।

कर्मसन्यास लिनु भनेको पनि कर्म नै गरिरहेको अवस्था हो । म बुढो भए मेरा इन्द्रियले र मनले भन्दा मेरो छोराको वा बुहारीको इन्द्रियले, शरीरले र मनले बढी कर्म गर्न सक्छन् भनेर कर्मसन्यास लिनु भनेको कर्मयोगकै बाटोमा हिड्नु हो किनकि त्यहाँ त्याग पनि अझ बढी फल प्राप्तिको लागि गरिएको हुन्छ । धेरै कर्मसन्यास लिएका महानुभावहरु सन्यास धारणा गरे पनि मनले कर्म गरिरहेका हुन्छन् । मन परब्रह्ममा भन्दा जड पदार्थमा नै भौतारिई रहेको हुन्छ, कारण चित्तलाई ब्रह्ममा राख्न सकिएन । मनलाई तालिमबाट पोख्त बनाउन सकिएन । आवरण हेर्दा सन्यासीको जस्तो तर मनचाहिँ कर्मयोगी जस्तो देखिन्छ । शरीरका लुगाफाटो, लवाई, खुवाई हेरेर सन्यासी र कर्मयोगी भन्नु गलत हुन्छ । धेरै व्यक्तिहरु कर्मसन्यास लिए पनि इन्द्रियहरुलाई मनले, मनलाई बुद्धिले र बुद्धिलाई आत्माले नियन्त्रण गरेका, चित्त शुद्ध भएका र कर्मफलको सन्यास लिएका हुँदैनन् । कोही महानुभावहरु चाँही कर्मयोगीकै भेषभुषामा भए पनि कर्मसन्यासी नै हुन् । कारण तिनले कर्मफल त्याग गरेर कर्म गरिरहेका हुन्छन् । चित्त शुद्ध हुन्छ र मनलाई परमब्रह्ममा लगाई रहेका हुन्छन् ।

खेल सन्यासबाट फर्किएको खेलाडी, चलचित्र पर्दाबाट सन्यास लिएका कलाकार पुन अभिनयमै फर्केका, राजनीतिबाट सन्यास लिएका राजनीतिकर्मी पुनः राजनीतिमै फर्किएका थुप्रै उदाहरणहरु हामीसँग छन्

। ती व्यक्तिले मनलाई तालिम दिन वा चित्त शुद्ध बनाउन सकेनन् र कर्म सन्यासबाट पुनः कर्ममा फर्किए। यो यस अर्थमा राम्रो कि उनीहरुले आफ्नो आत्मालाई ढाँट्न सकेनन्। कर्मयोगबाटै आफू शान्ति र आनन्द पाउँछु भनेर कर्मयोगको बाटोमा फर्किए। कुनै व्यक्ति खेलबाट सन्यास लिदा खेल विग्रियोस वा सप्रियोस्, खेलको फलबाट मुक्त भई परमात्मासँग खेल्न थाल्यो भने वा मन र बुद्धिलाई तटस्थ बनाउन सक्यो भने वास्तविक रुपमा कर्मसन्यास लिएको ठहर्छ।

अर्का थरी व्यक्तिहरु कर्मसन्यास लिएर पनि आफ्नो मनलाई कर्मबाट फर्काउन पनि सक्दैनन् र आफूलाई पनि कर्मसन्यासबाट कर्मयोगतिर फर्काउन पनि सक्दैनन्। उनीहरुले आध्यात्मिक शान्ति र आनन्द पनि प्राप्त गर्न सक्दैनन् भने भौतिक खुशी पनि पाउन सक्दैनन्। सन्यास लिदा मनको र बुद्धिको परीक्षा नलिई दीक्षान्त दिनु पुण्य कर्म नभएर पाप कर्म नै हो। त्यसरी दीक्षा लिने व्यक्तिले पनि आफै प्रति अन्याय गरिरहेको हुन्छ कारण उसमा वैराग्य आयो र सन्यास धारण गर्ने मनसुवा भयो। वैराग्य आउनु सामान्य कुरा हो। सबै वैरागी वा वैराग्य आउने मानिस सन्यासी हुन सक्दैनन्। सन्यास लिन त ठूलो आध्यात्मिक पराक्रम गरेको हुनुपर्छ। पूर्वजन्मको र यो जन्मको पारमिता प्राप्त हुनुपर्छ। इन्द्रियलाई मनले र मनलाई बुद्धिले पूर्ण नियन्त्रण गरेको र चित्त पूर्ण रुपमा शुद्ध हुनु पर्छ। मन ब्रह्ममा लगाउन सक्ने हुनुपर्छ। तसर्थ सन्यासी भनेको आध्यात्मिक धनले भरिएको र भौतिक धनबाट पूर्ण रुपमा अलग भएको व्यक्ति हुनुपर्छ। यस्तो हुन सक्नु भनेको परम आनन्द र दिगो शान्तिको भोग गर्ने मौका पाउनु हो।

कतिपय व्यक्तिहरुमा सांसारिक भौतिक वस्तुप्रति वैराग्यता आउँछ र त्यस्ता क्रियाकलापबाट तटस्थ र टाढा रहन्छन्। तर परमात्मा वा परमब्रह्मप्रति नजिक हुन पनि सक्दैनन्। उनीहरुले भौतिक संसारको ढोका बन्द गरेको हुँदैनन् तसर्थ ती व्यक्तिहरु अप्ठ्यारोमा पर्छन्। झनै् अशान्त र दुःखी हुन पुग्छन्। उनीहरुलाई या त आध्यात्मिक ढोका खोली दिनुपर्छ या भौतिक ढोका खोली दिनु पर्छ। पुण्य कर्म भनेको त्यस्ता व्यक्तिका लागि ढोका खोलिदिनु हो। सन्यासमा प्रौढता हासिल गरेका व्यक्तिहरुले त्यस्ता अप्ठ्यारोमा परेका व्यक्तिहरुलाई आध्यात्मिक ढोका खोलिदिन सक्छन्, ध्यान र योगबाट चित्तलाई शुद्ध पारिदिन सक्छन्।

परमात्मालाई बुझ्न र बुझाउन सहयोग गरि दिन सक्छन् । अर्को विकल्पको रुपमा उनीहरुलाई कर्मयोगको ढोका खोलिदिनुपर्छ । कर्ममै चाह छ । चाहनाहरु नियन्त्रण गर्न नसक्ने, मनलाई नियन्त्रण गर्न नसक्ने रहेछ भने उसलाई खुशी र आनन्द फकाई दिन पुनः कर्मयोगमै लगाउन श्रेयष्कर हुन्छ ।

ज्ञेयः स नित्य सन्यासी यो न द्वेष्टि न काङ्क्षति ।
निर्द्वन्दो हि महावाहो सुखं बन्धात्प्रमुच्यते ॥५।३

सन्यासी त्यो हो न त उसमा द्वेष छ, न त चाहना नै । वास्तवमा लोभ, मोह र द्वेषबाट मुक्ति नलिई कुनै पनि व्यक्ति सन्यासी हुन सक्दैन । लोभ, मोह र द्वेषको साझा कारक तत्व भनेको चाहना नै हुन् । जुन व्यक्तिमा चाहना नै छैन उसमा लोभ, मोह र द्वेष नै हुँदैन । मानिसको मनमा चाहाना भएकैले उसमा लोभ बढेको हुन्छ । चाहाना भनेको अनियन्त्रित घोडाजस्तै हो जसलाई जति छोडिदियो त्यति नै बढी अनियन्त्रित हुन्छ । जसरी कुनै पहाडको उकालो चढ्दा माथि एउटा पहाड देखिन्छ, अब त उकालो सकियो भन्यो, त्यो माथि अर्को पहाड देखिन्छ । मुस्किलले त्यहाँ पुग्यो, त्यो माथि अझ अग्लो पहाड देखापर्छ । चाहाना पनि ठीक त्यही हिसाबले अगाडि बढ्छ । एउटा इच्छा पूरा गर्‍यो अर्को, त्यसलाई पूरा पूरा गर्‍यो, अर्को चाहाना अझ बलियो भएर आउँछ । चाहानालाई कहिल्यै लामो समयसम्म सन्तुष्ट बनाउन सकिदैन । चाहाना भएर सन्यासी हुन सक्दैन । कर्मयोगमा चाहानाहरुलाई नियन्त्रित गर्नु पर्ने हुन्छ भने कर्म सन्यासमा चाहानाहरुलाई मनबाटै निर्मूल गर्न जरुरी हुन्छ ।

वैराग्य आउनु भनेको चाहाना नआउनु होइन बरु चाहानाहरुमा ह्रास आएको चाही पक्का हो । यदाकदा चाहानाहरुको पूर्ति नभएको कारणले पनि त्यस्तो चाहाना प्रति नै वैराग्य आउन थाल्छ । वैरागीमा चाहाना सीमित हुन्छ तर सन्यासीमा चाहाना एउटा मात्र हुन्छ, त्यो हो परब्रह्ममा ध्यान लगाउनु र आध्यात्मिक शान्ति र आनन्द प्राप्त गर्नु । उसमा भौतिक वस्तुको चाहाना हुँदैन । प्राप्तिको चाहाना नभए पछि लोभ, मोह, र द्वेष हुने कारण नै भएन । क्रोध र ईर्ष्या तब बढ्छ जब कुनै आशातित चाहानाको पूर्ति हुँदैन । आकाँक्षा बढी भयो भने क्रोध पनि बढ्छ । आकाँक्षा कम भयो भने मानिसमा क्रोध कम हुन्छ । तसर्थ

सन्यासमा त के कर्मयोगमा समेत आकाँक्षालाई सीमित गर्न जरुरी छ । मोह त केबल मिथ्या कुरा मात्र हो । वस्तुप्रतिको मोह, सम्बन्धप्रतिको मोह, सन्तानप्रतिको मोह सबै चाहानाहरुकै कारण उत्पन्न हुन्छन् । कर्मयोगमा मोहलाई मध्यम मार्गको रुपमा परिभाषित गरिएको छ भने सन्यासयोगमा त मोहबाट छुटकारा नै लिनुपर्छ ।

जब व्यक्तिमा चाहाना छैन । लोभ, मोह र द्वेष पनि छैन भने त्यस्ता व्यक्ति कर्म बन्धनबाट मुक्त हुन्छन् । उनीहरुमा न त सुखको अनुभूति हुन्छ न त दुःखको नै । न त मृत्यु देखि डर हुन्छ न त असल कोखमा जन्म पाउने लोभ नै । जब कर्म बन्धनबाट कोही व्यक्ति मुक्त छ भने न त उसबाट पाप कर्म हुन्छ न त पुण्य कर्म नै । गणितीय हिसाबले त्यो अवस्थालाई न्युट्रल अवस्था भनिन्छ । न त त्यसबाट सकारात्मक कर्म नै सम्पादन हुन्छन् । न त नकारात्मक । ती संन्यासीहरु यस्तो न्युट्रल विन्दुमा उभीएका हुन्छन् । जसले सबैप्रति समता दृष्टी राख्छन् । यसरी हेर्दा सन्यास भनेको कर्मबन्धनबाट छुटकारा हो ।

कर्म सन्यासी हुनु भनेको समभाव राख्नु हो । मानिस कर्मबन्धनबाट मुक्त भएपछि न त उसबाट पुण्य कर्म हुन्छ न त पाप कर्म नै । त्यसैले ऊ न त नकारात्मक दिशातिर उन्मुख हुन्छ न त सकारात्मक तिर नै । यसरी हेर्दा ऊ उच्चतम विन्दुमा रहेको हुन्छ र सबैलाई बराबरी देख्छ । त्यो अवस्था भनेको आध्यात्मिक साम्यवादी अवस्था हो जहाँ ठूलो र सानोको बीचमा भेदभाव हुँदैन । महिला र पुरुषमा भेदभाव हुँदैन । कालो र गोरोबीच भेदभाव हुँदैन । तल्लो जात र माथिल्लो जात बीच भेदभाव हुँदैन । उसका लागि गाई, हात्ती, कुकुर, चाण्डाल र विद्वान, ब्राह्मणबीच कुनै भेदभाव हुँदैन । सबैप्रति समभाव, समदृष्टिकोण र समव्यवहार नै सन्यासीको भाव, दृष्टिकोण र व्यवहार हो ।

उनीहरु लोभ, मोह र द्वेषबाट टाढा रहन्छन् । यसरी टाढा भएपछि व्यक्ति कर्मबन्धनबाट मुक्त हुन्छन् । चाहानाकै कारण लोभ र मोहको उत्पत्ति हुन्छ । जब कर्मसन्यासीमा चाहाना नै अत्यन्त सीमित छन् भने उसबाट लोभ, मोह उत्पत्ति हुँदैन ।

जब व्यक्तिमा कामना छैन, चाहाना छैन अथवा अत्यन्त सीमित चाहाना छन् भने त्यस्ता व्यक्तिमा क्रोध, इर्ष्या हुँदैन । तसर्थ समभाव, समदृष्टिकोण राख्नु र समव्यवहार गर्नु भनेको सांख्य हो अथवा कर्मसन्यासको अवस्था हो । व्यक्तिको मनमा लोभ, मोह, द्वेष, क्रोध, इर्ष्या छ भने पहेलो वा गेरु वस्त्र लगाएर सन्यासी हुन सक्दैन ।

सन्यास ग्रहण नगरी अथवा दीक्षा नलिई पनि सन्यासी हुन सकिन्छ । मुख्य कुरा उसको मनलाई राम्ररी धोएर सफा बनाउन जरुरी छ । धोएर अथवा मनलाई निर्मलीकरण गरेर व्यक्ति सन्यासी हुन सक्छ । दोस्रो कुरा, मन सफा भएपछि उसको मन परमेश्वर वा परमात्मामा बस्नुपर्छ । मन परमात्मामा केन्द्रित भएन भने, मनलाई तालिम पुगेन भने नियन्त्रित लोभ, मोह र द्वेषले पुन शक्तिशाली भएर मनमा राज्य जमाउन सक्छन् । तसर्थ मन परमात्मामा लगाउनु भनेको मनलाई बरालिनबाट रोक्नु हो । मनलाई तालिम गराउनु हो र मनमा पुनः अपवित्रताहरु आउनबाट रोक्नु हो । मनमा अपवित्रता आउने संम्भावनाहरु जहिले पनि रहन्छन् । साधु, सन्यासी, भिक्षुहरु यौनकाण्डमा मुछिएका केही उदाहरण देख्नमा र सुन्नमा आएका छन् । तसर्थ मनमाथि चौकिदारी गर्नु अर्को अर्थमा मनलाई नियन्त्रण गर्नु सन्यास अवस्थाको ठूलो चुनौती हो ।

यदि कर्मयोगीले कामना रहित भएर निष्काम कर्म गर्छ भने त्यो पनि कर्मयोग भित्रको कर्म सन्यास नै हो कारण उसमा फलको कामना छैन । फल श्रीकृष्णमा चढाएको हुन्छ र आफ्ना चाहानाहरुलाई नियन्त्रण गरिएको हुन्छ । उसबाट कर्म भए पनि त्यो कर्मको फलबाट ऊ मुक्त हुन्छ अथवा कर्म गरिरहे पनि कर्मसन्यास गरिरहेको हुन्छ । यस अर्थमा कर्मयोगी र कर्मसन्यासीमा तात्विक रुपमा कुनै फरक देखिदैन । एउटा प्रवृत्तिमार्ग मार्फत परमेश्वरको सेवा गरिरहेको हुन्छ भने अर्को चाँही निवृत्तिमार्गबाटै परमेश्वरको सेवा गरिरहेको हुन्छ । दुवैले परमेश्वरकै सेवा गरिरहेका हुन्छन् । कोही केबलकारबाट मनकामना मन्दिर पुग्छन् भने कोही चाही बस र पैदलबाट मनकामना मन्दिर पुग्छन् । यस अर्थमा दुवै तीर्थ यात्रु नै हुन् । दुवैको उद्देश्य मनकामना मन्दिरमा पुग्नु नै हो । दुवै परमेश्वरका भक्तहरु नै हुन् । केबलकारमा चढेर जाँदा छिटो पुगिन्छ भने बस र पैदल यात्राबाट ढिलो पुगिन्छ ।

बस र पैदल यात्रा गर्नेहरु भगवानको पाउमा पुग्छन् । दुःख कष्ट गरेको हुनाले उनीहरुले स्वभाविक रुपमा कामना नगरे पनि असल कर्मफल त पाउछन् नै । केबलकारबाट जाने भक्तहरुको मन पूर्णरुपमा सफा भै सकेको हुँदैन कारण उनीहरुमा धनको घमण्ड छ । उनीहरुमा अहं भावना छ । तसर्थ मन पूर्ण रुपमा द्वेषविहीन भै सकेको हुँदैन । उनीहरुमा अपवित्रताका कत्लाहरु अझै पनि कतै कतै टाँसिएर रहेका हुन्छन् । कामनाहरु जागृत भएर आउँछन् र फल प्राप्तिको लागि कामना सहित मनकामना माताको दर्शन गर्छन् । यो त आध्यात्मिक व्यापार भयो । माता मनकामनालाई रु.१०००।- हजार चढाउने अनि एक लाखको वरदान माग गर्ने । यस्ता धार्मिक व्यापारीबाट सांख्यको त कुरै छोडौं, कर्मयोग पनि हुन सक्दैन । कारण कामना अथवा इच्छा र आकाँक्षा यति धेरै हुन्छन् कि ती पूर्ति गर्दागर्दै यो चोला सकिन्छ । सामान्य व्यक्तिलाई बुझ्न सजिलो होस् भन्नको लागि कर्म, विकर्म र अकर्मको व्याख्या तल दिइएको छ ।

राजा जनक कर्ममा अकर्म र अकर्ममा कर्म देख्न सक्नुहुन्थ्यो । उहाँ कर्मयोगी त हुँदै हुनुहुन्थ्यो नै साथ साथै उहाँ कर्मसन्यासी पनि हुनुहन्थ्यो । कर्मयोगी सिद्धपुरुष भए पनि उहाँले लोभ, मोह, द्वेष, अज्ञानता र घमण्ड राखी कुनै कार्य सम्पन्न गर्नु भएन । राज्यप्रति उहाँमा कत्ति पनि मोह थिएन, तर पनि राजकाजका क्रियाकलापबाट उहाँले सन्यास लिनु भएन । उहाँ राजा हुँदा पनि सन्यासी नै हुनुहुन्थ्यो किनकि उहाँमा लोभ, मोह, द्वेष, अज्ञानता र घमण्ड थिएन । सात्विक भावले निष्काम कर्म गरियो भने त्यो अकर्म हुन जान्छ किनकि यसबाट कुनै प्रतिक्रिया प्राप्त हुँदैन । जसरी ब्ल्याक होलमा जहाज गएपछि हराउँछन् त्यस्तै कर्म पनि निष्काम भएपछि हराउछन् र अकर्म हुन पुग्दछन् । जब कर्म नै भएन भने न पुण्य न पाप । प्रभुपादज्यूले भन्नु भएजस्तो फल श्री कृष्णमा समर्पण गरी कुनै कार्य सम्पन्न गरियो भने त्यो हेर्दा कर्मजस्तो देखिएतापनि अकर्म हो किनकि यसबाट पनि कुनै प्रतिक्रिया प्राप्त हुँदैनन् ।

यसरी कर्मलाई अकर्मको आँखाले हेर्ने अथवा अकर्मलाई पनि कर्मकै आँखाले हेर्ने हो भने कर्ममा अकर्म र अकर्ममा कर्म देखिन्छ । कर्मयोगीले गरेका कर्म पनि अकर्म देख्छौं । त्यस्तै सन्यासीले गरेका

अकर्महरुमा पनि हामी कर्म देख्न सक्छौं । साधु सन्त, महन्त भएर पद प्रतिष्ठाको लोभ, शिष्यमोहमा गरिने कार्यहरु अकर्म जस्तो देखिएता पनि ती कर्म नै हुन् किनकि त्यसबाट प्रतिक्रिया प्राप्त हुन्छ । ठूला सन्त महन्तबाट आफ्नो 'यश' वा सुवासका लागि महायज्ञ गरिएको रहेछ भने त्यो कर्म नै हो किनकि त्यो राजसी यज्ञ हो, सात्विक यज्ञ होइन । साधुले गरेका सबै कर्म निष्काम हुँदैनन् । साधुले यदि लोभले र, मोहले कुनै कार्य गर्छन् भने आध्यात्मिक नै कार्य गरेको भए पनि त्यो कर्म ठहरिन्छ । अकर्म हुन सक्दैन । त्यसैले त्यो अकर्म हुँदाहुँदै पनि कर्म नै हुन जान्छ।

कर्म, अकर्म र विकर्म कार्य प्रकृतिका आधारमा छुट्टिँदैनन् । बरु उद्देश्यका आधारमा छुट्टिन्छन् । कर्मजस्तो देखिएता पनि अदृश्य हिंसात्मक हेतुले कर्म गरिन्छ भने त्यो विकर्म नै हुन्छ । व्यक्तिले घमण्ड वा 'यश ' प्राप्त गर्न गरिएको दान पवित्र कर्म भए पनि त्यो राजसी कर्म नै हो, अकर्म हुँदै होइन किनकि त्यसबाट प्रतिक्रिया प्राप्त हुन्छ । कसैले गुप्त रुपमा दान गर्छ भने त्यो अकर्म हुन्छ । त्यसमा कुनै प्रतिफल (नाम, सुवास, कीर्ति) आदिको अपेक्षा हुँदैन । जब कुनै नाम र सुवासको आशा नै नगरी दान दिइन्छ भने त्यो अकर्म हो, कुनै प्रतिक्रिया आउदैन।

हिजोआज यज्ञ, पुराण आदि धार्मिक क्रियाकलापमा रु.१०००।- को दान दिई रु.२०००।- बराबरको नामको र कामको विज्ञापन गरिन्छ भने त्यो कर्म अकर्म त हुनै सक्दैन । कर्म भएर पनि विकर्म हो । किनकि यसबाट घमण्ड र क्रोधको बृद्धि हुन्छ । कसाईले श्रीकृष्णलाई संझेर हात मुख जोर्न पुग्ने मात्र नाफा लिएर आपूर्ति गरिएको मासु काटेर बेच्छ भने हेर्दा त्यो विकर्म जस्तो भए पनि कर्म नै हो । उसले आफूले प्राणी हत्या गरेको होइन, केबल अरुले आपूर्ति गरेको मासु विक्रि गरेको हो । तर पनि यस्ता कार्यले अप्रत्यक्ष रुपमा हिंसा नै बढाउँछ भन्ने हो भने यो विकर्म हुन जान्छ । प्रहरी वा सेनाले शान्ति स्थापनार्थ हिंसात्मक कर्म गर्छ । यसो हेर्दा यो विकर्म जस्तो देखिएता पनि कर्म नै हो । जुन हिंसात्मक कार्यको उद्देश्य पवित्र छ, विकर्म भित्र कर्म देख्न सकिन्छ । कोही साधु सन्तको भेषमा अन्य धर्म र सम्प्रदाय माथि गाली गर्छन् भने यसो हेर्दा कर्म नै गरेको जस्तो देखिएतापनि त्यो विकर्म नै हो । किनकि साधु हुनुको उद्देश्य विकर्मपूर्ण छ । यो अकर्म हुन सक्दैन ।

अन्त्यमा,आफूले कर्म गरे त्यो आफूले गरेको नसम्झी परमेश्वरले गरेको मनले सोच्छ भने त्यो पनि अकर्म हुन्छ । परमेश्वरले खटाएको सम्झी कर्म गरेमा वा आफुले केवल आदेश शीरोधार्य गरेमा पनि अकर्म हुन्छ । तर परमेश्वरले खटाएको भनी जानाजान विकर्म गर्छ भने त्यो अकर्म हुन सक्दैन किनकि यसबाट प्रतिक्रिया प्राप्त हुन्छ ।कर्ममा अकर्म, विकर्ममा कर्म, अकर्ममा कर्म र कर्ममा विकर्म देख्नु भनेको समदर्शी हुनु हो अथवा हृदयमा नकारात्मक कुराभित्र पनि सकारात्मक पक्ष देख्नु र सकारात्मक कुराभित्र पनि नकारात्मक पक्ष देख्नु नै भावातित (Transcendental) अथवा उत्कृष्ट भावातीत हुनु हो । अथवा कर्ममा अकर्म र अकर्ममा कर्म देख्नु भनेकै प्रज्ञा वा ज्ञान प्राप्त गर्नु हो र ज्ञानी हुनु हो ।

अध्याय २

क्रोध, लोभ र मोह

क्रोधको उत्पत्ति कसरी हुन्छ ?

सारा सांसारिक दःुख कष्ट व्यक्तिमा रहेको लोभ, मोह र दोषको कारण नै आउँछ । यदि मानिसमा लोभ, मोह र द्वेष नहुने हो भने शान्ति र आनन्द प्राप्त हुन्छ जसलाई दिगो शान्ति र आनन्द भनेर पनि बुझिन्छ ।

लोभ, मोह र द्वेषको कारक तत्व भनेको चाहाना नै हो । यही चाहानाका कारण व्यक्तिमा लोभ, मोह र द्वेषको उत्पत्ति हुन्छ । अर्को तर्फ कर्मका हिसाबले यदि चाहानाहरु हुँदै भएनन् भने पूर्ण सन्यासी हुन पुग्छ । कर्मसन्यास भनेको नियन्त्रित चाहाना भएको अवस्था हो । पूर्ण रुपमा चाहाना नहुनु पूर्ण सन्यास वा मोक्ष्य हो । तर यस्तो सन्यास मैले चाहिँ देखेको छैन । धनको चाहाना, यौनको चाहाना, कीर्ति वा सुवासको चाहाना सबै व्यक्तिमा हुन्छ । परमेश्वरले मानिसमा चाहानाको बीउ रोपिदिनु भएको छ । त्यो चाहानाको बीउबाट बिरुवा बढ्दै रुख हुन्छ र चाहानाका अरु धेरै फलहरु उत्पादन हुन्छन् । त्यसबाट पुन चाहाना नै जन्मन्छ । त्यसैले चाहाना बढ्दै जान्छ कहिल्यै पूर्ति गर्न सकिदैन । राजा ययाति नहुषले तृष्णा पूर्ति गर्न अरुको आयु पनि उपभोग गरे तर पनि तृष्णा पूर्ति गर्न सकेनन् । धेरै रानीहरु राखे र विलासी जीवन बिताए तर पनि उनको तृष्णा पूर्ति हुन सकेन । अर्को तर्फ चाहाना नै नहुने हो भने न आध्यात्मिक न त भौतिक विकास नै सम्भव हुन्छ । चाहानालाई शुन्यमा झार्नु भनेको परिनिर्वाण प्राप्त गर्नु हो अथवा आत्मा साक्षात्कार हुनु हो, मुक्त हुनु हो । किनकि चाहाना नै नभए पछि कर्मबन्धनमा बाँधिने कुरै भएन ।

लोभ, मोह, र क्रोधको साझा कारक तत्व चाहाना हो । इच्छा, चाहाना वा   तृष्णा जे भने पनि यिनीहरु हाम्रो मनलाई हाँक्ने ड्राइभर हुन् । ड्राइभरले यो मन र शरीरलाई कहिल्यै चुप लागेर बस्न दिदैन ।

चाहानाले मनलाई सधैं वेगवान बनाई राख्छ । जति जति मन वेगवान हुन्छ त्यति त्यति नै यो मनमा अपवित्रता र फोहोरहरु जम्मा हुन्छन् । जति जति कृषक आफ्नो बालीनाली हेर्न खेतबारीमा डुल्छ, त्यति नै उसका सुरुवालमा हिलो, माटो र फोहोर टासिन्छ । त्यसै गरी जति जति हाम्रो मन सांसारिक विषय वस्तुमा दौडन्छ, त्यति नै मात्रामा त्यसमा अपवित्रता टाँसिन्छ र मन प्रदुषित बन्न पुग्छ । जब मनमा चाहाना बढ्दै जान्छ, व्यक्तिमा बस्तु, सेवा र शक्तिप्रतिको मोह बढ्दै जान्छ । जति चाहाना पूर्ति गर्दै गयो त्यति नै मोह बढ्दै जान्छ । जब वस्तु, सेवा, शक्ति र सम्बन्ध प्रतिको मोह वा माया बढ्छ र त्यसलाई आपूर्ति गर्दै गइन्छ, त्यो ठीकै हुन्छ । तर जब पूर्ति गर्न नसक्ने अवस्थामा पुगिन्छ, त्यही माया नै क्रोधमा रुपान्तरण हुन्छ । तसर्थ क्रोध र माया एउटै रथका दुई पाँग्रा हुन् । काम, क्रोध र मोह सबैको साझा कारक तत्व भनेको चाहाना र तृष्णा हुन् ।

ध्यायतो विषयान्पुंस सङ्गस्तेषूपजायते
संगात्संजायते काम : कामात्क्रोधोऽभिजायते २/६२

जब हामी कुनै कुरा मनमा सोच्छौं, त्यतैतिर हाम्रो संसर्ग बढ्छ । त्यस्तो संसर्गबाट कामना झन् बढ्छ । अनि हाम्रो मन र शरीर त्यो कामनालाई पूर्ति गर्न लागी पर्छ । कामना पूर्ति भइन्जेल क्रोध आउँदैन । तर जब कामना पूरा गर्न सकिदैन त्यो चाहाना र कामना क्रोधमा रुपान्तरण हुन्छ ।

क्रोध कसरी बढ्दै जान्छ ?

जसले धेरै चाहाना राख्छ वा धेरै वा ठूलो कामना गर्छ उसैलाई बढी क्रोध उठ्छ । किनकि उसले ती कामना पूर्ति गर्न सक्दैन । क्रोध अरुको कारण उत्पन्न हुँदैन । आफ्नै कारण उत्पन्न हुन्छ । आफ्नै इच्छा र कामनाका कारण क्रोध उठ्छ । रजोगुणीलाई क्रोध बढी उठ्छ किनकि उसमा धेरै इच्छा हुन्छन् वा ठूला इच्छा हुन्छन् । तर उसले ती इच्छा पूर्ति गर्न सक्दैन । जब इच्छा वा कामना पूर्ति हुँदैन अनि तीनै इच्छा र कामनाहरु क्रोधमा रुपान्तरण हुन्छन् । परशुरामसँग ठूला इच्छा र आँकाक्षा थिए (बाबु जमदग्नीको मृत्युको बदला लिने) जुन उनी आफू पूर्ति गर्न सक्दैनथै । त्यसैले उनमा क्रोध बढी थियो । दुर्योधनसँग ठूला

इच्छा र कामना थिए जुन उनी पूर्ति गर्न सक्दैनथे त्यसैले दुर्योधनसँग बढी क्रोध थियो । जब व्यक्तिमा इच्छा बृद्धि भयो भने बुझ्नु हुन्छ अब क्रोध पनि बढ्छ । जब इच्छाहरु सीमित हुन्छन् तब क्रोध पनि घट्दै जान्छ । क्रोध घटाउने हो भने आफ्ना इच्छा, आकांक्षा र अपेक्षालाई सीमित गर्न आवश्यक छ ।

जसले धेरै माया गर्छ उसलाई पनि क्रोध बढी हुन्छ । जसले बढी भन्दा बढी माया गर्छ भने अरुबाट पनि त्यही किसिमको मायाको अपेक्षा राख्छ । नेपालीमा एउटा गीत छ “हे कान्छा मलाई फूलको तारा खसाई देउन” । एउटी प्रेमिकाले प्रेमीबाट फूलको तारा पाउने आशा छ । त्यही मायामा भूलेर प्रेमीले प्रत्युत्तर दिन्छ “त्यो तारा मात्र होइन जुन पनि झारी दिउला” जसले आकाशको तारा पाउने इच्छा राख्छ भने त्यो पूर्ति हुन सक्ने विषय नै होइन । जब त्यति ठूलो ईच्छा र आकाँक्षा छ भने बुझ्नु हुन्छ अब ती प्रेमिकामा क्रोध चढ्यो । अर्को तर्फ ती प्रेमी जो पूर्ति गर्नै नसकिने इच्छा राख्छन् अथवा त्यो तारा त के म तिम्रो लागि जून समेत झारेर ल्याइदिउला भनी प्रतिबद्धता जाहेर गर्छन् । यति ठूलो इच्छा र आकाँक्षा पूर्ति गर्न सकिने हुँदै होइन तब ती प्रेमीमा पनि क्रोध चढ्छ । तब त्यही संसार ढाक्ने मायाको बादलले असिनाको बर्षा गराइ दिन्छ । अमृतमय पानी असिना बन्छ । त्यही असिनाले बेस्सरी प्रेमी र प्रेमिकालाई पिट्छ । माया भनेको भ्रम हो । यसले बढी भन्दा बढी इच्छा र आकांक्षाको अभिवृद्धि गरिदिन्छ । जुन पूर्ति गर्न सम्भव कुरा नै होइन । जब इच्छा र आकाँक्षा पूर्ति गर्न सकिदैन तब त्यो क्रोधमा रुपान्तरण हुन्छ । यही कुरा गीताको अध्याय २ को श्लोक ६२ बाट बुझिएको कुरा हो ।

क्रोधले के गर्छ ?

क्रोधले अरुलाई केही गर्दैन, आफैलाई हानी पुऱ्याउँछ । जब क्रोध बढ्छ, तब शरीर र यसका कर्मेन्द्रियहरु अनियन्त्रित बन्न पुग्छन् । जो सँग रिसाएको छ उसलाई हानी पुऱ्याउन कोसिस गर्छ । तर ऊ त्यस्ता व्यक्तिलाई हानी पुऱ्याउन सक्दैन किनकि जो सँग रिस उठेको छ उसका चाहाना र आकाँक्षा सीमित छन् भने ऊ रिसाउदैन । त्यसपछि त्यो क्रोधले गर्ने हानी भनेको कोध गर्नेलाई नै हो । क्रोधले गर्दा हाम्रा धेरै स्नायुकोषहरु नष्ट हुन्छन् । तसर्थ आधुनिक चिकित्सा विज्ञानले

भनेको र गीताले भनेको कुरा एउटै छ । यसले स्मृति नाश गरिदिन्छ । जब स्मृति नाश हुन्छ, मस्तिष्कले धेरै सूचना संग्रह गर्न सक्दैन । सामान राखेका ठाउँ बिर्सन्छ । सम्बन्ध बिर्सन्छ । कर्म बिर्सन्छ । भनेको वा सुनेको कुरा बिर्सन्छ । बिस्तारै यो कम बढ्दै जादा डिस्मेनिया वा विस्मृति रोग लाग्छ वा पार्किन्सन अथवा थाहा नै नहुने रोग लाग्न सक्छ ।

यसले आध्यात्मिक बाटो बन्द गरिदिन्छ । जोसँग क्रोध छ उसले कुनै पनि आध्यात्मिक क्रियाकलाप गर्नै सक्दैन अथवा ऊ हरेक भौतिक र आध्यात्मिक क्रियाकलापबाट क्रोधकै प्रतिक्रिया प्राप्त गर्दछ । क्रोध अथवा रिस रजोगुण प्रदान मानिसमा बढी हुन्छ । यसले रजोगुण भएका व्यक्तिमा आगोमा इन्धन खन्याउदा जस्तो हुन्छ त्यसरी नै चक्रवर्ती तरिकाले क्रोध बढ्छ । क्रोधले हानी शिवाय केही पनि गर्दैन । मनोवैज्ञानिक रुपमा क्रोधले अझ क्रोध बढाउँछ भन्ने उदाहरण दुर्योधन र रावण स्वयं हुनुहुन्छ । दुर्योधन र रावणलाई क्रोधले नै मृत्युतर्फ डोऱ्यायो । दुर्योधन र रावण भनेको भौतिक शरीर भएको व्यक्ति होइनन् । यी त रजोगुणका प्रतिनिधि पात्र हुन् । हाम्रो शरीर भित्रै दुर्योधन छ, रावण छ र परशुराम छ । यही शरीर भित्र धर्मराज पनि छ र राम पनि छ । जब मानिसमा क्रोध र घमण्ड बढ्छ यसले पहिले आफूलाई हानी गर्छ, त्यसपछि मात्र अरुलाई हानी गर्छ । त्यसैकारण क्रोध राख्नु भनेको मुखमा तातो कोइला राख्नु बराबर हुन्छ । यो जति राख्यो त्यति नै बढी मुख डढाउँछ । मुख मात्र होइन हाम्रो मन डढाउँछ, मस्तिष्क डढाउँछ र हृदय पनि डढाउँछ । क्रोध गर्नु भनेको विषपान गर्नु समान हो जसले शरीरको सबै अंगलाई बिस्तारै नष्ट गर्दै जान्छ । त्यसैले गीताको २।६३ मा क्रोधले सर्वनास गराउँछ भनिएको हो ।

क्रोधको प्रतिरोध क्रोधबाट सम्भव छैन । क्रोधको प्रतिरोध प्रेमबाट गर्न सकिन्छ । जो व्यक्ति रिसाएको छ उसलाई अर्को व्यक्तिले क्रोधको बलले नियन्त्रण गर्न सक्दैन । क्रोधलाई नियन्त्रण गर्ने शक्ति भनेको प्रेम नै हो । चाहे त्यो व्यक्तिप्रेम होस्, चाहे परमेश्वरप्रेम नै किन नहोस्, क्रोधको प्रतिरोधी तत्व भनेको प्रेम नै हो । क्रोध र प्रेम एउटै चुम्बकका दुई ध्रुव हुन् । जसरी एउटा चुम्बकको उत्तरी ध्रुव अर्को चुम्बकको उत्तरी ध्रुवसँग मिल्न सक्दैन त्यसैगरी क्रोध अर्को क्रोधसँग मिल्न सक्दैन । उत्तरी ध्रुव दक्षिणी ध्रुवसँग मिल्छ अथवा टाँसिन्छ त्यसैगरी

प्रेमसँग मात्र क्रोध टाँसिन सक्छ । जब प्रेमसँग क्रोध टाँसिन्छ त्यो क्रोध विस्तारै न्यूट्रलाइज हुँदै जान्छ । प्रेम यस्तो औषधी हो जसले क्रोधको उपचार गर्न सक्छ । त्यसैले प्रेमलाई प्रतिजैविकी औषधीको रुपमा लिइन्छ जसले क्रोधरुपी जीवाणुलाइृ सक्रिय हुन दिदैन ।

क्रोधनिरोधक औषधी भनेको अध्यात्म ज्ञान हो । जसले शरीर, आत्मा र परमात्मा बुझ्केको छ ज्ञानलाई साधनाद्वारा आत्मसात गरेको छ । उसमा क्रोध निरोध हुन्छ । क्रोध इन्द्रियजन्य कारणले उत्पादन हुन्छ । जसले इन्दिय र आत्मा अथवा क्षर र अक्षर बुझ्छ तब उसमा रिस वा क्रोध उठ्दै उठ्दैन । दादुरा विरुद्धको खोप लगाए पछि बच्चामा दादुरा आउदैन । त्यसैगरी कुनै व्यक्तिमा अध्यात्म ज्ञान भरिदिने हो भने उसमा रिस आउदैन । शरीर अथवा नाशवान पदार्थसँग रिस गरेर के गर्ने ? परिवर्तनशील सांसारिक पदार्थ र प्रक्रियासँग रिस गरेर के गर्ने ?आज रिस गरिएको कुरा भोलि दयामा परिवर्तन हुन्छ आज प्रेम र माया गरिएको कुरा भोलि रिसमा परिवर्तन हुन्छ । त्यसैले रिस गर्नु वा माया गर्नु नै बेकार कुरा हो । माया प्रेमको सीमा हुन्छ । लक्ष्मण रेखा हुन्छ । त्यो पार गर्ने वित्तिकै त्यही माया र प्रेम क्रोधमा रुपान्तरण हुन्छ । उपचार गर्नु भन्दा रोग लाग्न नदिनु नै उचित हो । रिसको उपचार गर्नु भन्दा रिस उठ्नै नदिनु जाति हो । क्रोध निरोधक भनेको फेरी पनि अध्यात्म ज्ञान नै हो । त्यसैले मानिसलाई सानैदेखि अध्यात्म ज्ञान दिन जरुरी छ ।

क्रोधलाई कर्मयोगबाट हेर्दा कामको वेग रोक्न जरुरी छ । कामवासना तथा कामना छोड्न जरुरी छ । निष्काम कर्मयोगमा वासना वा कामना हुनु हुँदैन । बढी काम, वासना वा कामना भयो भने क्रोधको उत्पत्ति हुन्छ । तसर्थ कर्मयोगले अथवा निष्काम कर्मले क्रोध कम गराउँछ ।

फेरी, क्रोध घट्यो भने मानिस निष्काम कर्मतिर लाग्दछ । जब लोभ, मोह, द्वेष, घमण्ड र अज्ञानता हट्छ मानिसको हृदयमा क्रोधको जरासम्म पनि रहदैन । जसको कारण उनीहरु निष्काम कर्म गर्न सक्छन् । भगवत गीताको ५।२३ ले भन्छ जसले काम र क्रोधको वेग रोक्न सक्छ त्यही कर्मयोगी हो ।

ज्ञानका दृष्टिकोणबाट हेर्दा क्रोधले ज्ञानको मार्ग अवरुद्ध गर्छ । मायाले पनि ज्ञानको मार्ग बन्द गरिदिन्छ । लोभ, मोह र क्रोध सबै ज्ञानका शत्रुहरु हुन् । जब माया वा क्रोध बढ्छ, व्यक्तिले ध्यान गर्न सक्दैन । ज्ञान हासिल गर्न सक्दैन । दान दिन सक्दैन । साधना विना प्रज्ञा वा ज्ञान प्राप्त गर्न सकिदैन । क्रोधले तातिएको व्यक्ति न समाधिमा मन नियन्त्रण गरेर बस्छ न त आत्मा वा परमात्मामा गहिरिएर ध्यान गर्न सक्छ । त्यसैले पंचशीलमा हिंसा नगर्ने शील पालन गराउँछन् । मनमा क्रोध, हिंसा अथवा रजोगुण रहेसम्म समाधिमा बस्न सकिदैन । समाधि विना प्रज्ञा र ज्ञान उत्पादन हुन सक्दैन । ज्ञान र प्रज्ञा विना मुक्ति वा निर्वाण प्राप्त गर्न सकिदैन । जसले क्रोधलाई हटाउँछ, ऊ समाधिमा बस्न सक्छ, ध्यान गर्न सक्छ, प्रज्ञा प्राप्त गर्छ र मुक्ति पनि प्राप्त गर्न सक्छ । त्यसैले भगवत गीताको ५।२६ अनुसार जसले क्रोध हटाउँछ उसले ब्रहम निर्वाण पाउँछ । त्यसैगरी भगवत गीताको ५।२८ अनुसार जो सँग काम, क्रोध, लोभ छैन उ मुक्ति पाएको व्यक्ति हो ।

क्रोधलाई कर्मसन्यासबाट हेर्दा यसले लोभ, मोह र क्रोध नै बढाउँछ । यस्तो अवस्थामा कर्मसन्यास लिएका व्यक्तिहरु पुनः विकर्मतिर फर्कन सक्छन् । विकर्मतिर फर्कनु भनेको हिंसात्मक कर्म गर्नु हो । जब क्रोध बढ्छ तव हिंसा हुन थाल्दछ । चाहे त्यो सात्विक हिंसा होस वा राजसी हिंसा नै किन नहोस् । हिजो आज विभिन्न धर्म र सम्प्रदायका बीच एक अर्कालाई गरिने हिंसा, बैष्णव समुदायप्रति सनातनले गर्ने हिंसा, सनातनलाई वैष्णवद्वारा गरिने हिंसा, कृष्ण प्रणामीले सनातनपन्थी माथि गरिने हिंसा र सनातनपन्थीले कृष्ण प्रणामीमाथि गरिने हिंसा/द्वेष हुन् । अरु व्यक्तिले ब्रह्मकुमारी समुदायप्रति गरिने हिंसा अथवा ब्रह्म कुमार र कुमारीले अरु माथि गरिने हिंसा सबै सात्विक हिंसा हुन् । हामी राजसी हिंसा, तामसी हिंसा रोक्न धेरै क्रियाकलापहरु सम्पन्न गर्छौं । यज्ञ, होम, प्रबचन, अन्तरक्रिया जस्ता क्रियाकलाप गर्छौं । तर हामी सात्विक भित्रकै हिंसा देख्दैनौ । हिंसाले प्रतिहिंसा निम्त्याउँछ चाहे त्यो मन, वचनले गरिने किन नहोस् । सात्विक हिंसा कसरी हुन्छ भन्ने प्रश्न उठ्छ ? तपाई कसैलाई खानपिनमा छुवाछुत गर्नु हुन्छ । विचार विमर्शमा छुवाछुत गर्नुहुन्छ । रहनसहनमा छुवाछुत गर्नु हुन्छ । अनि भन्नुहुन्छ हामी सच्चितानन्दको लागि कर्म गरिरहेका छौं । वास्तवमा सात्विक हिंसा

राजसी हिंसा भन्दा बढी खतरापूर्ण हुन्छ । राजसी हिंसा छिट्टै रोकिन्छ । जब सचेतना प्राप्त हुन्छ अथवा बोध हुन्छ तब राजसी हिंसा बन्द हुन्छ तर सात्विक हिंसा मनबाट आएकोले चित्त शुद्ध नगरी हट्नै सक्दैन । पहिले अरुको क्रियाकलाप होइन, आफ्ना क्रियाकलापहरु हेर्नुपर्छ। त्यसैले भगवत गीताको ६।६३ मा भनिएको छ, हाम्रो चित्त शान्ति राख्नु, चित्त शुद्ध राख्नु, क्रोध वा रिस अथवा रजोगुणलाई शून्यमा झार्नु, निष्काम कर्म गर्नु र मन परब्रह्ममा लगाउनाले अक्षय आनन्द र शान्ति प्राप्त हुन्छ । शान्ति र आनन्द प्राप्त गर्नु भनेकै रजोगुणलाई शून्य झार्नु हो । चित्त शुद्ध गर्नु हो । जसले आफूभित्र हिंसा देख्दछ, उसले चित्त शुद्ध गर्न सक्छ । जसले मेरो चित्त शुद्ध छ भन्छ उसले न त रजोगुणलाई शून्य बनाउन सक्छ न त शान्ति र आनन्द नै प्राप्त गर्न सक्छ ।

मोह भनेको के हो ?

मोह भनेको प्रकृतिबाट उत्पादित भ्रम हो । मोहले पनि अध्यात्मलाई छोपेर राख्छ । मोहबाट आशक्ति बढ्छ । आशक्तिले भौतिक वस्तु प्रति र सम्बन्ध प्रति अझ नजिक ल्याउछ । मोहले मानिसलाई अन्धो बनाउँछ । पुत्र मोह, स्त्री मोह, शक्ति मोह, धन मोह र सुवासको मोह सबैले मानिसलाई अन्धो बनाउँछन् । धृतराष्ट्र शारीरिक रुपमा नेत्रबिहीन थिए नै । पुत्र मोहका कारण उनी आध्यात्मिक हिसाबले पनि अन्धो बन्न गएका थिए । आत्मा, परमात्मा, सत्य र धर्म सबै पुत्र मोहले छोपेर राखी दियो । मोह नै यस्तो तत्व हो जसले सत्यलाई असत्य र असत्यलाई सत्य बनाउँछ । अधर्मी बनाउँछ । अज्ञानी बनाउँछ । क्रोध भन्दा पनि मोह खतरापूर्ण हुन्छ । क्रोध छिट्टै लाग्ने विष हो भने मोह चाही मन्द विष हो, यसले विस्तारै लठ्ठ बनाउँछ । क्रोध छिटै छुट्छ तर मोह छुट्न सक्दैन । मोहले बाँधिए पछि मुक्त हुन कठीन छ । प्रतिकारात्मक रुपमा मोहमा परेको देखाउन कै लागि शास्त्रमा मानिसलाई सुनको डोरीले बाँधेर राखेको देखाइएको हुन्छ । यसरी बाँधेर राख्छ कि उसले त्यो बाहेक अरु केही देख्दैन । सन्तनुको स्त्री मोह, धृतराष्ट्रको पुत्र मोह, दुर्योधनको शैन्य मोह, द्रोणाचार्यको सुवासको मोह कै कारण अधर्मी हुन पुगे ।

जब व्यक्ति यो मोहमा पर्छन् उसले आत्मा र परमात्मालाई चिन्न सक्दैनन् । माथि व्याख्या गरे अनुसार मोह बढ्दै गए पछि त्यो

क्रोधमा रुपान्तरण हुन्छ। लोभ र मोह एक अर्काका परिपुरक हुन्। मोह बढेमा लोभ पनि बढ्छ। लोभ बढ्यो भने मोह पनि बढ्छ। लोभ, मोह र क्रोध तीनवटै आत्मा प्रदुषण गर्ने कारक तत्वहरु हुन्। ऐनालाई मयलले, आगोलाई धुँवाले र गर्भलाई सालले ढाकेर राखेजस्तै अध्यात्मलाई यीनै लोभ, मोह, दोष र अज्ञानताले ढाकेर राख्छन् (भगवत गीता ३।३८)। मोह बढ्दै गएपछि अज्ञानता पनि बढ्छ। कारण उसले त्यो बस्तु बाहेक अरु कुनै देख्दैन। सन्यासीहरु लोभ, मोह र द्वेषबाट मुक्त हन्छन् भन्ने शास्त्रीय मान्यता छ तर व्यवहारमा सन्यासीहरु पनि पुत्र मोह जस्तै शिष्य मोहमा फसेका पाइयो। आफ्नो शिष्यले जे गरेपनि सही हुने अरुले त्यही गरे गलत हुने देखियो। त्यसैले त्यो पनि पुत्र मोह नै हो। सन्यासीहरु पनि कृति वा सुवासको मोहमा फसेको देखियो जब लोभ, मोह, द्वेष, अज्ञानता र घमण्डबाट सन्यासीहरु मुक्त छैनन् भने त्यो गेरु बस्त्र धारी लोभी पापीको समूहमा रुपान्तरण हुन्छ। यो मायाले आत्मा र परमात्माको ज्ञानलाई छोपेर राखेको हुन्छ। त्यसैले त्यो बुझ्न सकिन्न बुझे पनि साधना गर्न सकिदैन। (भगवतगीता ७।२५)

माया भनेका आसुरीय गुण हो। दैत्यहरुको गुण हो। दैत्यहरु स्त्री लम्पट हुन्छन्। उनीहरुमा कामवासना, धनको चाहाना र शक्तिको चाहाना अधिकाधिक हुन्छ। दैत्य बाहिरी संसारमा हुदैन। हामी भित्रै हुन्छ। हरेक व्यक्ति भित्र त्यो आसुरीय स्वभाव हुन्छ। माया भनेको वास्तवमा भ्रम मात्र हो। माया सांसरिक चक्रमा घुमाइरहने माध्यम हो। मायाले आसुरी प्रवृत्ति बढाउँछ। जब आसुरी प्रवृति बढ्दै जान्छ अनि पाप बढ्दै जान्छ। मानिस मूर्ख हुदै जान्छन्, अधर्मी हुँदै जान्छन् तसर्थ उनीहरु यो लोकमा शान्ती र आनन्दले बाँच्न सक्दैनन्। त्यही मायाले उसलाई पुनः जन्म, सुख दुःख र मृत्युको चक्करमा पारी राख्छ।

माया भनेको भ्रम हो। मायाले आत्मा र परमात्मा छोपेर राख्छ। जब मायाका पत्रहरु हटाउछौं। त्यसपछि मात्र आत्मा र परमात्मालाई देख्न सकिन्छ। उदाहरणका लागि नरिवल फललाई लिन सकिन्छ। सबैभन्दा बाहिरको पातलो बोक्रा क्रोधको बोक्रा हो। नरिवलको बाहिरी जटा भएको बाक्लो बोक्रा लोभको बोक्रा हो। यो जहिले पनि रसको अभावमै रहन्छ। उ लोभै लोभमा बाँच्छ। त्यहाँ कहिल्यै रस हुँदैन। त्यो जटा सहितको बाक्लो बोक्रा भित्र कडा काठ जस्तै खवटो भएको अर्को

बोक्रा छ, त्यो मोहको बोक्रा हो त्यो मोहमा यसरी टाँसिएर रहेको हुन्छ कि नरिवल फलबाट त्यो खवटालाई छुट्याउन गाह्रो हुन्छ । मानिस मोहमा त्यसरी नै फसेका हुन्छन् । त्यो भन्दा भित्र नरिवल फल छ जुन हामी आत्मा तत्वको प्रतिकमा लिन सक्छौं । त्यो भन्दा पनि भित्र नरिवलको पानी छ, जसलाई हामी परमात्माको प्रतिकको रुपमा बुझ्न सक्छौं । जसरी नरिवलको फल र रस प्राप्त गर्न ३ वटा बोक्राहरु हटाउन आवश्यक छ त्यसै गरी आत्मा र परमात्मा चिन्हका लागि क्रोध, लोभ र मोहका बोक्राहरु यो मनबाट हटाउन जरुरी छ । यो नै भगवत गीताको ७।२४८, र ७।२५२ श्लोकको मर्म हो ।

अज्ञानता, घमण्ड, लोभ, मोह र द्वेष आध्यात्मिक ज्ञानलाई छोप्ने मयल हुन् । धुँवा हुन् र साल हुन् । जसले सत्यलाई छोपेर राख्छ । यी सबै असुरीय गुणहरु हुन् । यीनले आध्यात्मिक ज्ञानको गंगालाई छोपेर राखेका छन् (भगवत गीता ३।३८)।

लोभ बढ्दै जाँदा मोह र क्रोध बढ्छ । मोह बढ्दै जाँदा लोभ र क्रोध पनि बढ्छ । क्रोध बढ्दै जाँदा स्मृती नास गराउँछ । स्मृती नास हुँदै जाँदा सर्वनास हुन्छ ।

मोहमा मोहले गणन गर्दा क्रोध हुन्छ । दुर्योधनको शैन्य मोह र राज्य मोहले क्रोधी बनायो । जसरी माइनसले माइनसलाई गुणन गऱ्यो भने प्लस हुन्छ तर क्रोधमा क्रोधले गुणन गरियो भने महाक्रोध हुन्छ । मोह हुन सक्दैन । यस्तो हुनु भनेको आगोमा पेट्रोल खन्याउनु जस्तै हो । मोह बढ्दै गयो भने माथि वर्णन गरिएअनुसार क्रोधमै रुपान्तरण हुँदै जान्छ । जब मोहले अपेक्षा गरे अनुसार आपूर्ति हुँदैन अनि त्यो मोह क्रोधमा रुपान्तरण हुन्छ । लोभ बढ्दै गएपछि स्वार्थ बढ्दै जान्छ । जति लोभ बढ्यो त्यति नै व्यक्ति स्वार्थी हुन्छ । स्वार्थ बढेपछि 'म', 'मेरो' र 'मलाई' मात्र मनमा र हृदयमा आउँछ । आत्मा र परमात्माको कुरा त छोडिदियौं यसबाट आध्यात्मिक क्रियाकलाप दान, यज्ञ, होम समेत बन्द हुन्छ । दान र ध्यान नै नभएपछि ज्ञान आउने कुरै भएन । ज्ञान नआएपछि अझ लोभ, मोह र क्रोध बढ्छ । लोभ र मोह सँग सँगै बढ्ने र सँग सँगै घट्ने कुरा हुन् । लोभ बढ्यो भने मोह पनि बढ्छ (भगवत गीता ७।२७) । भौतिकवादी व्यक्तिमा लोभ र मोह प्राय एकैपटक बढ्छ । लोभ

मोह क्रोध, अज्ञानता र घमण्डले पाप बढ्छ । पाप बढेपछि त्यसले अझ बढी पाप नै निम्त्याउँछ र यसले सर्वनास गर्छ ।

दोस्रो पटक भगवत गीताको अध्ययन गर्दा लोभ, मोह, द्वेष, अज्ञानता र घमण्डबाट मुक्त कसरी प्राप्त हुन्छ त्यो बोध भयो । लोभबाट मुक्त हुनका लागि दान दिने अभ्यास हुन अति आवश्यक छ जति जति दान दिन्छौं त्यति त्यति नै लोभ, मोह र घमण्ड नास हुन्छ । श्रद्धापूर्वक दान दिनाले घमण्डको नास हुन्छ । पुत्र मोह, धनको मोह, शक्ति मोह विस्तारै घट्छ । ध्यानबाट लोभ, मोह र द्वेष तीनवटै गुण घट्छ । ध्यान र दानबाट अत्याधिक उर्जा प्राप्त हुन्छ । जसले लोभ, मोह र द्वेषलाई नष्ट गरिदिन्छ । लोभ, मोह र द्वेषले प्रज्ञा र ज्ञानलाई छोप्छ । यो भन्दा महत्वपूर्ण प्रज्ञा वा ज्ञानले आध्यात्मिक मार्गमा चालकको भूमिका निर्वाह गर्छ । यसले आत्मा र परमात्मासँग परिचित गराई दिन्छ । साधनबाटै प्रज्ञा र ज्ञान प्राप्त हुन्छ । ज्ञान र प्रज्ञाबाट साधना अझ बढ्दै जान्छ । दान, ध्यान, ज्ञान बाट आध्यात्मिक उर्जा प्राप्त हुन्छ जुन उर्जाले आध्यात्मिक गन्तव्यतिर हाँकेर लैजान्छ। निष्काम कर्मले र पवित्र कर्महरु जस्तो दान, ध्यान र ज्ञानले चाहानालाई सीमित बनाइदिन्छ । यसले कामतृष्णा , भवतृष्णा र वैभवतृष्णा सबैलाई घटाउँछ । जब ईच्छा र आकाँक्षा घट्छ तब लोभ, मोह, द्वेष स्वतःघट्छ । तसर्थ लोभ, मोह र द्वेष घटाउन दान, ध्यान र ज्ञान तीनवटै पारमिता अथवा पवित्र कर्महरु गर्न जरुरी छ ।

तेस्रो पटक भगवत गीताको अध्ययन गर्दा गुणहरुको फाइदा बेफाइदा थाहा भयो । राजसी गुणमा लोभ र मोह बढी हुन्छ । राग र द्वेष पनि बढी नै हुन्छ । त्यसैले लोभ, मोह र द्वेषले उसको आध्यात्मिक मार्गमा अवरोध सृजना गरिदिन्छ । तामसी गुण प्रधान भएका व्यक्तिमा लोभ तुलनात्मक रुपमा कम हुन्छ तर उसमा अज्ञानता, प्रमाद र मोह बढी हुन्छ । अज्ञानता र मोह बढी भएपछि उसको पनि आध्यात्मिक मार्ग अवरुद्ध हुन पुग्छ । तामसी गुण प्रधान भएका व्यक्तिले आलस्य र निन्द्राका कारण निष्काम त के सकाम कर्म पनि गर्न सक्दैन (भगवतगीता १४।६ - १४।८)

सत्वगुण भएका व्यक्तिमा पुत्रमोह, धनमोह र शक्तिमोह तुलनात्मक रुपमा कम हुन्छ तर कीर्तिमोह अथवा सुवासको मोह

नदेखिने गरी लुकेर बसेको हुन्छ । त्यसैले सत्वगुण भएका व्यक्तिले पनि 'यश ' अथवा सुवासको मोहलाई घटाउनु पर्छ । ऊ आफ्नो प्रशंसा अरुबाट सुन्न चाहन्छ । त्यो कृति वा सुवासको मोह हो । सात्विक व्यक्तिले यस्तो कीर्ति र सुवासको इच्छालाई हटाउनुपर्छ । उदाहरणका लागि मेरो यति शिष्य छन् । मैले यति पुस्तक लेखँ । यति प्रवचन दिएँ । यति प्रशंसक छन । मेरो सम्प्रदायमा मलाई सम्मान गर्ने यति व्यक्तिहरु छन् । उ प्रशंसाकै भोको भएको हुन्छ । यस्तो प्रशंसाको मोहलाई सात्विक गुण भएका व्यक्तिहरुले कम गर्नुपर्छ । यो पनि मोह नै हो । यसले आध्यात्मिक मार्गमा अवरोध सृजना गर्छ र कम मात्र आध्यात्मिक उर्जा उत्पादन गर्छ ।

चौथो पटक भगवत गीताको अध्ययन गर्दा गुणहरु बीचको अन्तर सम्बन्धको ज्ञान भयो । रजोगुणले सत्वगुण र तम गुणलाई नियन्त्रण गर्छ । सुख समृद्धिको इच्छाले दुःख निम्त्याउँछ र दुःखको सागरमा पार्छ । तमगुण भएको व्यक्ति सत्व र रज गुणलाई नियन्त्रण गरी मोहमा लठ्ठ पर्न चाहन्छ, जुन अज्ञानताको खाडलमा जाकिन्छ । सत्वगुण प्रधान भएको व्यक्ति रज र तम गुण नियन्त्रण गरि ज्ञानको बाटोमा अघि बढ्न चाहन्छ । तर सत्व गुण पनि आफैमा मुक्ति प्रदान गर्ने नभई मुक्तिको मार्गको लागि अनुकूल वातावरण सृजना गर्ने गुण मात्र हो ।

जब मानिसले सत्व, रज र तम गुणबाट टाढाको परमेश्वर वा परमात्मा अथवा निर्गुण बुझ्नतिर लाग्छ अथवा सत्वगुण सँगै परमब्रह्ममा मन लगाउँछ उसले मुक्ति प्राप्त गर्छ । सत्वगुणले आत्मा र परमात्मालाई बुझ्ने अनुकुल वातावरण मात्र सृजना गर्छ । यसले आत्मा साक्षात्कारको लागि सहजकर्ताको भूमिका निर्वाह गर्छ । आत्मा साक्षात्कार गर्न वा मुक्ति प्राप्त गर्न प्रज्ञा र ज्ञानको आवश्यकता पर्छ । पवित्र कर्म हुँदै लामो अकर्मको बाटो हिड्नु पर्छ । साधना बढाउँदै लैजानु पर्छ र मन परमब्रह्ममा लगाउनु पर्छ ।

अध्याय ३

प्रकृति, पुरुष र पुरुषोत्तम

प्रकृति पुरुष चेव विद्धयनादी उभावपि
विकाराश्च गुणाश्चैव विद्धि प्रकृतिसंभवान् ॥ १३।१९

पहिलो पटक भगवत गीताको अध्ययन गर्दा प्रकृति भनेको भौतिक पदार्थ र पुरुष भनेको प्रकाशवर्गको रुपमा बुझेँ । यो बह्माण्ड यही पदार्थ र प्रकाशले बनेको छ । जति पनि पदार्थहरु छन् ती प्रकृतिबाटै सृष्टि हुन्छन् । जति पनि प्रकाश वा उर्जा छन् ती पुरुषबाट उत्पत्ति भएका हुन् । दुवै भौतिक र आध्यात्मिक उर्जाहरु पुरुषबाट उत्पत्ति भएका हुन् । ताप, प्रकाश, विद्युतीय, आणविक उर्जा सबै पुरुष तत्वबाट उत्पत्ति भएका हुन् । आध्यात्मिक उर्जा ध्यानको बखत हाम्रो शरीरमा प्रवेश गर्छ र सूक्ष्म कम्पन गराउँछ त्यो पनि पुरुष तत्वबाटै प्राप्त हुन्छ । दान दिदा प्राप्त हुने उर्जा पनि पुरुष तत्वबाटै प्राप्त हुन्छ । ध्यान, दान, यज्ञ त्याग, र क्षमाबाट प्राप्त हुने उर्जा र ज्ञान सबै पुरुष तत्वबाटै प्राप्त हुन्छ भन्ने बोध भयो । प्रकृति र पुरुष दुवै अनादि र नित्य हुन् । पुरुषतत्व भनेको अदृश्य शक्ति हो । प्रकृतिलाई परम माता र पुरुषलाई परमपिताको रुपमा बुझ्न सकिन्छ । दुबैको प्रतीक शीवलिंगं हो, जहाँ प्रकृति र पुरुष दुबै स्थित छन् । यी दुई शक्तिहरु परमेश्वर स्वयंम्मा निर्भर रहन्छन् । प्रकृति सृष्टिको स्रोत हो भने चेतनाको स्रोत चाहिँ पुरुष हो । प्रकृतिबाटै सबै रुप र गुणहरु उत्पन्न हुन्छन् । (भगवत गीता ९।१९) जन्म, मृत्यु, जरा सबै प्रकृतिबाटै हुन्छन् । प्रकृतिबाटै पृथ्वी, पानी, हावा, आकाश, मन, बुद्धि र अहन्ता यी तत्वको उत्पत्ति हुन्छ । यो प्रकृति पनि दुई भागमा विभाजित भएको हुन्छ । जीवको सृष्टि अपरा प्रकृतिबाट हुन्छ । जन्म, मृत्यु र जरा पनि यही अपरा प्रकृतिबाटै हुन्छ । अर्को परा प्रकृतिले चाहि यो विश्व बह्माण्ड थाम्छिन् । अथवा यो माथिल्लो प्रकृति हो जसले विश्व ब्रमाण्डलाई सञ्चालन गर्दछिन् । साराँशमा प्रकृति भनेको परम मातृशक्ति हो जसले माया उत्पन्न गर्दछिन । गुणहरु उत्पन्न

गर्दछिन र सृष्टि थाम्छिन् र पुरुषतत्वले चाहीं त्यो मायाबाट छुटाई परमेश्वरतिर लगाउने काम गर्छ। (भगवत गीता ७४-७५)

हाम्रा इन्द्रियहरु प्रकृतिबाटै बनेका हुन्छन्। त्यसैले कामवासना, विषय भोगको चाहाना आदि यही प्रकृतिकै कारण नै उत्पन्न हुन्छन्। इन्द्रियजन्य चाहाना र मन प्रकृतिबाट उत्पत्ति भएका हुन् किनकि मन प्रकृतिमै रमाउंछ। चेतना चाहिँ पुरुषबाट उत्पत्ति भएको हो।

दोस्रो पटक भगवत गीता अध्ययन गर्दा चेतनालाई दुई भागमा विभाजन गरेर प्रकृति र पुरुषलाई बुझ्ने कोसिस गरेँ। इन्द्रियजन्य चेतना (sense)को स्रोत प्रकृति हो। यो प्रकृतिबाट उत्पन्न हुन्छ। बुद्धिले प्राप्त गर्ने सचेतना–बोधको (consciousness) स्रोत चाहि पुरुष हो भन्ने बोध भयो। शरीर र इन्द्रियहरु चल्दा प्रकृति तत्व सक्रिय हुन्छ भने बुद्धि चल्दा पुरुष तत्व सक्रिय हुन्छ। मन चल्दा प्रकृतितत्व सक्रिय हुन्छ। मनको स्रोत प्रकृति हो। बुद्धिको स्रोत पुरुष हो।

तेस्रो पटक भगवत गीताको अध्ययन गर्दा पुरुषलाई छुट्टै रुपमा बुझ्ने कोसिस गरे। पुरुष भनेको सत्च्चितानन्द हो। पुरुष भनेको अन्तिम सत्य हो। यो उत्कृष्ट चेतना र परम आनन्दको स्रोत हो। इन्द्रियजन्य क्रियाकलापबाट प्राप्त हुने सुख र दुःख प्रकृतिबाट उत्पन्न हुन्छ। ध्यान गर्दा र यज्ञ गर्दा प्राप्त हुने आनन्द पुरुष तत्वबाट प्राप्त हुन्छ। भौतिक आनन्द प्रकृतिबाटै प्राप्त हुन्छ र त्यो क्षणिक हुन्छ। आध्यात्मिक आनन्दको स्रोत भनेको पुरुष हो, त्यही पुरुषबाट नै आनन्दको वर्षा हुन्छ। आत्मा र परमात्मालाई बुझ्ने चेतना इन्द्रियजन्य चेतना भन्दा उत्कृष्ट हुन्छ। यो चेतनाले शरीरलाई आत्मा र परमात्मासँग जोडिदिन्छ।

चौथो पटक भगवत गीताको अध्ययन गर्दा मैले जीव वैज्ञानिक तरिकाबाटै प्रकृति र पुरुषलाई बुझ्ने कोसिस गरेँ। जसरी पेंन्क्रियाजले इन्सुलिन र ग्लुकागोन हार्मोन निकाल्छ त्यसै गरी पुरुष तत्वबाट चेतनाको बर्षा हुन्छ भने, उनकै प्रकृति तत्वबाट गुणहरु लोभ, मोह, द्वेष, घमण्ड र अज्ञानता जस्ता गुणहरु जन्मन्छन्। गुणका कारण हाम्रो हृदयमा लोभ, मोह, द्वेष र घमण्ड आउँछ। प्रकृति तत्वले पुरुष तत्वलाई छोपेर राखेको हुन्छ। पुरुष तत्व देख्न सकिदैन यसलाई लोभ, मोह, द्वेष, घमण्ड

र अज्ञानताले छोपेर राखेको हुन्छ। प्रकृति तत्व नबुझी पुरुष तत्व बुझ्न सकिदैन। त्यसैले यो प्रकृति तत्व बुझ्न जरुरी छ।

पाँचौ पटक पुनः प्रकृति र पुरुष बुझ्न आफ्नै शरीर र आत्माबीचको सम्बन्धलाई बुझ्ने कोसिस गरौँ। शरीर, इन्द्रिय र मन प्रकृति तत्व हो। बुद्धि र आत्मा पुरुष तत्व हुन। इन्द्रिय र मनमा हुने चाहाना प्रकृति तत्व हो र तर बुद्धिमा हुने सचेतना चाहिँ पुरुष तत्व हो। क्षणिक भौतिक सुखदुःख प्रकृतिका कारण हुन्छन् भने परम आनन्द पुरुषका कारण प्राप्त हुन्छ। प्रकृति तत्वले भौतिक विकास गराउँछ किनकि यसले लोभ, मोह, द्वेष सृजना गर्छ जसले इन्द्रिय र शरीरलाई क्रियाशील बनाउँछ। प्रवृति मार्गमा लगाउँछ। पुरुष तत्वले त्यही लोभ, मोह र द्वेषलाई हटाई मनलाई स्थीर बनाउँछ र बुद्धिलाई क्रियाशील बनाउँछ अथवा निवृत्ति मार्ग वा अध्यात्म मार्गतिर लगाउँछ। प्रकृतिले कर्म गराउँछ भने पुरुषले अकर्म गराउँछ। जसमा प्रकृति र पुरुष तत्व समन्वयात्मक रुपले अघि बढ्छ उसले सिद्धि प्राप्त गर्छ। जसले प्रकृति मात्र बुझ्यो, ऊ लोभ, मोह, द्वेषको खाडलमा पऱ्यो। ऊ कहिल्यै पनि आनन्दमय र शान्तमय जीवन बिताउन सक्दैन। जसले प्रकृति केही होइन, अन्तिम सत्य, सचेतना र परम आनन्द भनेको पुरुष तत्व हो, यसलाई बुझेपछि भै हाल्यो भन्छ। उसले टेकेको हाँगा छोड्यो तर समाउने हाँगा पनि राम्ररी समाउन सक्दैन कारण प्रकृति नबुझी पुरुष बुझ्न सकिदैन। यी दुवै उतिकै आवश्यक छन्। कहिले प्रकृति र पुरुष एक अर्काका निषेधक हुन्छन् भने कहिले परिपुरक हुन्छन्। पुरुष तत्व, आध्यात्मिक ज्ञान हो, साध्य हो भने प्रकृति तत्व चाँही साधन हो। लोभ, मोह, द्वेष नबुझी यसबाट छुटकारा पाउन सकिदैन। प्रकृति साधन हो भने पुरुष साध्य हो। तसर्थ साधना नगरी वा प्रकृति तत्वलाई पूर्ण रुपमा नबुझी पुरुष तत्व बुझ्न सकिदैन।

प्रकृतिले जीवात्मालाई लोभ र मोहमा पार्न कोसिस गर्छे परा र अपरा प्रकृति दुवैले जीवात्मालाई आफू प्रति आकर्षित गर्छन् र मायामा भूलाउन चाहन्छन्। यसबाट जीवात्मा प्रदुषित हुन्छ र कामना र कर्मका कारण त्यो जीवात्माले पुन शरीर लिएर जन्मनु पर्छ। त्यही प्रकृतिका कारण मानिसले जन्म, मृत्यु र बुढ्याई भोग्नु पर्छ। सानो पदार्थदेखि राज्य सम्मको चाहाना त्यही प्रकृति तत्वबाटै उत्पन्न हुन्छ। त्यही

प्रकृतिका सत्व, रज र तम गुणका कारण उसले पुण्य वा पाप कर्म गर्न पुग्छन् । कामनाका कारण जीवात्मा प्रदुषित हुन पुग्छ । तसर्थ जीवात्मालाई परमात्मामा लगाउने काम भनेको पुरुष तत्व नै हो । यो निर्गुण छ । यसले जीवात्मालाई बरालिन दिदैन । यसले परमात्मामा मन लगाइदिन्छ, जसको कारण व्यक्तिमा कामना कम हुन्छ, अथवा कामना हुँदैन । कामना नभए पछि र फल परमेश्वरमा समपैण गरे पछि ऊ कर्म बन्धनवाट मुक्त हुन्छ, उसले पुनः जन्म, मृत्यु र बुढ्याईका चक्करमा फस्नु पर्दैन ।

छैटौं चरणमा भगवत गीताको त्यही अध्यायलाई मैले भौतिकशास्त्रको चश्माले हेर्न कोसिस गरे । प्रसिद्ध भौतिकशास्त्री अल्वर्ट आइन्सटाइनको सापेक्षवादको सिद्धान्तको आधारमा पुरुष र प्रकृतिलाई अध्ययन गरे । जुन सिद्धान्त अनुसार उर्जाको उत्पादन, वस्तुको मात्रा र प्रकाशवर्गको आधारमा हुन्छ अथवा $E= mc^2$ । यहाँ वस्तु र यसको मात्रा प्रकृति हो र प्रकाशवर्ग चाही पुरुष हो । प्रकाशले आध्यात्मिक ज्ञान प्रदान गर्छ भने वस्तु र यसको मात्रा ले प्राकृतिक वा भौतिक ज्ञान । प्रकृति र पुरुषबाटै आध्यात्मिक उर्जा उत्पादन हुन्छ । यो संसार चल्न आध्यात्मिक उर्जाको आवश्यकता पर्छ । त्यो प्रकृतिको मात्रा र पुरुषको बलको आधारमा तय हुन्छ । जति पुरुषतत्व र प्रकृतितत्व बढ्छ त्यति नै आध्यात्मिक उर्जाको उत्पादन हुन्छ । पुरुष सकारात्मक बल हो भने प्रकृति चाही नकारात्मक बल । यी दुई सकारात्मक र नकारात्मक बलबाट नै आध्यात्मिक प्रकाशको उत्पादन हुन्छ । कसैले भन्न सक्छ पुरुषतत्व भए भइहाल्यो ऊ परमात्मामा एकाकार हुन सकिहाल्छ । तर बुझ्न के जरुरत छ भने सकारात्मक बलले मात्र विद्युत उत्पादन हुँदैन नकारात्मक बलको पनि त्यति नै आवश्यकता पर्छ ।

सातौं चरणमा भगवत गीताको त्यही श्लोक मैले भौतकवादी चश्मा लगाएर पढें । पुरुष माथि व्याख्या गरेजस्तै अदृष्य शक्ति वा प्रकाश शक्ति हो । यसमा उर्जाका गुणहरु हुन्छन् । त्यसमा सत् चेतनाको शक्ति हुन्छ । यी आँखाले देख्न सकिने पदार्थहरु हुन् । यीबाट सानो पदार्थदेखि लिएर विश्व ब्रह्माण्ड नै उत्पन्न भएको छ । मेरो बुझाइमा परमेश्वर भनेको पुरुष र प्रकृतिको समष्टिगत कुरा हो । यही परमेश्वरबाटै पुरुष र प्रकृतितत्वको संयोजन हुन्छ । यो संयोजन भनेकै सापेक्षतावादको

सिद्धान्त अथवा $E= mc^2$ हो । यो ब्रह्माण्डमा चाहे भौतिक होस् चाहे आध्यात्मिक उर्जाको उत्पादन किन नहोस् । त्यो पदार्थको मात्रा र प्रकाशवर्गको संयोजनबाट उत्पादन हुन्छ । प्रकाश भनेको आध्यात्मिक अर्थमा ज्ञान अथवा सचेतना (consciousness) हो, जति जति सचेतना बृद्धि हुँदै जान्छ त्यति नै बढी आध्यात्मिक उर्जा उत्पादन हुन्छ । जति जति पदार्थको मात्रा बढ्दै जान्छ र त्यसमा प्रकाश थपिदै जान्छ त्यति नै आध्यात्मिक उर्जा उत्पादन हुन्छ । यस अर्थमा प्रकृति र पुरुष एक अर्काका परिपूरक हुन् ।

पुरुष र प्रकृति दुवै परमेश्वरकै तत्व हुन् पुरुष र प्रकृतिको छुट्टाछुट्टै अस्तित्व छैन । प्रकृति साकार र सगुण छ भने पुरुष चाँही निराकार र निर्गुण छ । पुरुषतत्व प्रधान हुँदा आध्यात्मिक ज्ञान र उर्जा बढ्छ भने प्रकृतितत्व प्रधान हुँदा गुण तत्व लोभ, मोह, द्वेष, अज्ञानता र घमण्ड बढ्छ । जब यी पाँच कुरा बढ्छन् तब भौतिक विकास सम्भव हुन्छ । तसर्थ प्रकृति तत्व बढ्नु भनेको प्रवृत्ति मार्गलाई फराकिलो बनाउनु हो । पुरुष तत्व बढनु भनेको निवृत्ति मार्ग प्रशस्त गर्नु हो ।

आठौ पटक भगवत गीताका तीनै २ श्लोकहरुको अध्ययन गर्दा आत्मा र परमात्माका बीचको सम्बन्धका आधारमा प्रकृति र पुरुषलाई बुझ्ने कोसिस गरेँ । जीवात्मा परमात्माकै अंश हो । परमात्माकै अंशको रुपमा यो हरेक जीवमा रहन्छ । जीवात्मा परमात्माकै अंशको रुपमा जीवमा रहे पनि त्यस्तो जीवात्मा प्रकृतिप्रति आकर्षित हुन्छ । जीवात्माले प्रकृतिमाथि नियन्त्रण गर्न चाहन्छ । जीवात्माको प्रकृतिमाथि नियन्त्रण गर्ने आकाँक्षाले त्यो प्रदुषित हुन्छ । परमात्मा वा पुरुषतत्वले जीवात्मालाई प्रदुषित हुनबाट बचाउन खोज्छ । उसलाई प्रकृति प्रति लहसिन दिदैन । प्रकृतितत्वले जीवात्मालाई मोहमा पारेर प्रदुषित पारिदिन्छे । त्यसैले पुरुष तत्व सधै जीवात्मालाई प्रदुषित हुनबाट बचाउन प्रयत्न गर्दछ । पुरुषोत्तममा तन, मन लगाएर परमात्मालाई बुझ्नु र उहाँमै एकाकार हुन प्रयत्न गर्छ । अथवा पुरुष तत्वकै कारण जीवात्माले परमेश्वरमा ध्यान गर्छ, भक्ति गछ, निष्काम कर्म गर्छ । पुरुष तत्व बुझेपछि पुरुषोत्तम बुझ्न सजिलो हुन्छ । तीनै पुरुषोत्तम वा परबह्ममा ध्यान लगाउनु, उनैको नाममा कर्म गर्नु, उनैमा भक्ति गर्नु नै कर्मबन्धनबाट मुक्ति प्राप्त गर्ने साधन हुन् ।

अध्याय ४

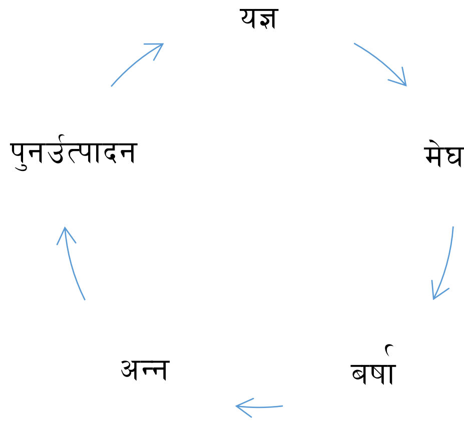
यज्ञ र कर्म

अन्नाद् भवन्ति भूतानि पर्जन्यादन्नसम्भवः ।
यज्ञाद् भवति पर्जन्यो यज्ञः कर्मसमुद्भवः ॥ ३।१४

उपनिषदमा अन्नमय आत्मा भनेर बताइएको छ । अन्नबिना शरिर बाँच्न सक्दैन । शरीर बिना कर्म गर्न सकिदैन । अन्नबिना आत्मालाई शरीरमा राख्न सकिदैन । आत्मालाई शरीरमा राखिरहन वा प्राण धान्न अन्न आवश्यक पर्छ । अन्न भन्नाले हामीले खाने अन्न, फलफुल, सागसब्जी सबै पर्दछन् ।

अन्न शरीर र आत्मा दुवैलाई नभई नहुने पदार्थ हो । यो अन्नको उत्पादन आधा जति भौतिक क्रियाकलाप, बीउ, खनजोत, गोडमेलमा निर्भर रहन्छ भने अर्को आधा चाहिँ माटो, हावा, पानी, ताप, यज्ञ आदिमा निर्भर रहन्छ । केबल भौतिक क्रियाकलापले मात्र अन्नको उत्पादन हुँदैन । त्यसैले आध्यात्मिक क्रियाकलाप पनि त्यत्ति नै आवश्यक पर्छन् । हामी जो आफूले उत्पादन गरेको भनेर भन्छौं, यसमा हाम्रो लगानी केबल आधा मात्र हो । अर्को आधा चाहिँ आध्यात्मिक लगानी छ । तसर्थ यज्ञ र कर्मको संयोजनबाट उत्पादन सम्भव हुन्छ । प्राणीको जन्म पनि अन्नबाट हुन्छ । चाहे स-साना प्राणी हुन् वा ठूला । अन्न विना उत्पादन हुन सक्दैनन् । सबै जीवहरुले अन्न नखाने हो भने प्रजनन शक्ति कम हुन्छ, जसबाट प्राणीको जन्म सम्भव हुँदैन । जब अन्नले शरीर हृष्टपुष्ट हुन्छ, त्यसबाट प्राणीको प्रजनन क्रिया हुन्छ र पुनर्उत्पादन हुन्छ । अन्नकै कारण सबै प्राणीको भौतिक र आध्यात्मिक गुणहरुको बृद्धि हुन्छ । हाम्रो भौतिक क्रियाकलाप मात्रले अन्नको उत्पादन हुन सक्दैन । यसको लागि बर्षा आवश्यक पर्छ । वर्षाले माटोलाई उत्पादनयोग्य बनाइदिन्छ । तापले माटोलाई तताई दिन्छ । बर्षा नहुने हो भने कुनै अन्न उत्पादन हुन सक्दैन । बर्षा हुनलाई मेघ वा बादलको आवश्यक पर्छ । बादल विना बर्षा हुदैन । मेघ वा बादललाई क्रियाशील बनाउन यज्ञको जरुरत पर्छ । अन्नविना यज्ञ चल्दैन भने यज्ञविना अन्नको उत्पादन पनि हुँदैन ।

चित्र १: कर्म र यज्ञको सम्बन्ध



यसरी हेर्दा यज्ञ र अन्नको बीच घनिष्ट सम्बन्ध छ। न त अन्न विना यज्ञ हुन्छ, न त यज्ञ विना अन्न नै। यी एक अर्कामा निर्भर छन्। तसर्थ कर्म, उपासना र पुनः कर्मको जुन चक्र छ त्यो परमेश्वरबाटै निर्देशित छ। आर्जन गरेका पुण्य भइन्जेल जीवले परमधाम अथवा स्वर्गको बास पाउँछ। पुण्य सकिएपछि उ बर्षाको रुपमा पृथ्वी आउँछ। वर्षाले अन्न उत्पादन हुन्छ। अन्नबाट बीर्य बन्छ। वीर्यबाट प्रजनन भई बच्चाहरुको जन्म हुन्छ। ती बच्चाहरु बढेर वयस्क हुन्छन् र यज्ञ सञ्चालन गर्छन्।

दोस्रो पटक पुन त्यही श्लोक अध्ययन गर्दा मैले आध्यात्मिक र भौतिक दुवै आँखाले हेर्ने कोसिस गरे। यज्ञको धुवाँ/मेघ आध्यात्मिक तत्व हुन् भने अन्न र शरीर भएका प्राणीहरु भौतिक पदार्थ हुन्। आध्यात्मिक क्रियाकलाप भएनन् भने भौतिक क्रियाकलापहरु पनि हुँदैन अर्को तर्फबाट हेर्दा भौतिक क्रियाकलापहरु भएनन् भने पनि आध्यात्मिक क्रियाकलाप हुन सक्दैनन्। व्यक्ति र अन्न उत्पादन नहुने हो भने कर्म गर्न सकिदैन। कर्मबाटै यज्ञ पनि चल्दछ। कर्म नगर्ने हो भने यज्ञ हुँदैन। यज्ञ नहुने हो भने कर्म हुन सक्दैन। यिनीहरु अन्योन्याश्रित छन्। धेरै व्यक्तिहरु कि त भौतिक कि आध्यात्मिक विकास मात्र रुचाउँछन्। तर संसार चल्न यी दुवैको सन्तुलित विकास हुन जरुरी छ।

तेस्रो पटक पुन त्यही श्लोक पढ्दा मैले कर्मयोग र सांख्यको चश्माले हेरें । कर्म बिना सन्यास दुष्कर हुन्छ अथवा कर्मबिना यज्ञ चल्न सक्दैन । सांख्यको आँखाले हेर्दा यज्ञ र त्याग बिना आध्यात्मिक उर्जा उत्पादन हुन सक्दैन । त्यस्तो शक्ति बिना अन्न, फलफूल, सागसब्जी केही पनि हुँदैन । तसर्थ कर्म सन्यास बिना कर्म हुन सक्दैन । धेरै कर्मसन्यासीहरु छन् । उहाँबाट उत्पादित आध्यात्मिक उर्जाकै कारण हामी कर्म गरिरहेका छौं । हामीले कर्म गरिरहेका छौं, त्यसै कर्मबाट सन्यासीहरुको भौतिक शरीर चलिरहेको छ । कर्म नगर्ने हो भने सन्यासीहरु कसरी बाँच्दछन् ? दान लिने व्यक्ति र दान दिने दुवै व्यक्ति हुन जरुरी छ । दान लिने व्यक्ति भएनन् भने दान कसलाई दिने ?

चौथो पटक पुनः यज्ञ र कर्म पढ्दा 'प्रकृति' र 'पुरुष' को चश्माले हेर्ने कोसिस गरेँ । अन्न, हावा, पानी , बर्षा, बादल सबै प्रकृति तत्व हुन् । यी तत्वले मात्र प्राणीको जन्म हुँदैन । यो शरीर पंचतत्वले मात्र बन्न सक्दैन यसमा ब्रह्मतत्व वा प्राणतत्व हुन जरुरी छ । यज्ञबाट ब्रह्मतत्व क्रियाशील हुन्छ । त्यही तत्वले बादललाई क्रियाशील बनाउँछ र बर्षा गराउँछ । त्यसैले यो उर्जा र पदार्थको संयोगबाटै यो संसार चल्छ । अझ प्रष्ट रुपमा बुझ्दा प्रकृतितत्व र पुरुषतत्व दुवैको संयोगबाटै यो ब्रह्माण्ड चलिरहेको छ । यस संसारमा जति पनि पदार्थ छन् यिनीहरु सबै प्रकृतिबाटै उत्पन्न हुन्छन् । लौकिक वा परलौकिक अदृश्य शक्ति जुन छन्, यी पुरुषबाट उत्पन्न हुन्छन् । यही पदार्थ र तिनमा रहेको पुरुष तत्वले यो बह्माण्ड चलिरहेको छ । मेघ, बर्षा, अन्न सबै प्रकृतितत्वबाटै बनेका पदार्थ हुन् । मेघलाई क्रियाशील बनाउने र बर्षा गराउने जुन तिनै पदार्थ भित्र नै रहने अदृश्य शक्ति छ, त्यो पुरुष तत्व हो । यज्ञमा राखिएका समिधा काठ पदार्थ हो वा प्रकृति तत्व हो । त्यसभित्र जुन इन्धन छ, जसले अग्नि उत्पादन गर्छ । त्यो पुरुष तत्व हो । हरेक पदार्थभित्र पुरुष तत्व अथवा अदृश्य शक्ति रहेको हुन्छ । ढुंगा, माटो, हावा, पानी काठ, अन्न सबै भित्र अन्तरनिहित अदृश्य शक्ति छ । तीमध्ये कति पत्ता लागिसकेका छन् भने कति पत्ता लाग्ने प्रक्रियामा छन् । सबै जीवमा र पदार्थमा प्रकृति तत्व पनि छ र पुरुष तत्व पनि छ । जीवात्मा प्रकृतिमाथि नियन्त्रण गर्न खोज्दछ भने प्रकृति जीवात्मालाई लोभ र मोहमा पार्न कोसिस गर्छे । यसैबाट बह्माण्ड चलिरहेको छ ।

पाचौ पटक पुनः त्यही श्लोक अध्ययन गर्दा मैले यज्ञ र कर्मबीचको सम्बन्धलाई आफ्नै शरीर भित्र देख्न सकेँ । व्यक्तिले यज्ञ गर्दा उसले अहम्पन र घमण्ड त्याग्छ । जे गरिरहेको छ, जे प्राप्त गरिरहेको छ त्यो उसको प्रयत्नबाट मात्र सम्भव हुँदैन । त्यहाँ पुरुष वा आत्मा तत्वले अदृश्य रुपमा काम गरिहेको हुन्छ । यज्ञ गर्नु भनेको मनका अपवित्रताहरुलाई डढाउनु हो ।

बाहिर यज्ञमा जसरी अग्निले होम गरिएका पदार्थलाई भस्म बनाउँछ, त्यसरी नै हाम्रो घमण्ड, लोभ, मोह र क्रोधलाई आन्तरिक ज्ञानको अग्निले डढाई दिन्छ । बाहिरको यज्ञको अग्नि र शरीर भित्रको ज्ञानको अग्नि दुबै पुरुष तत्वबाटै उत्पन्न हुन्छन् । बाहिरको अग्नि भन्दा आन्तरिक अग्नि अथवा ज्ञानको अग्नि मनको विकार डढाउन बढी क्रियाशील हुन्छ । त्यसले बुद्धिलाई प्रभाव पार्दछ । मन अथवा चित्त शुद्ध भए पछि बुद्धि पनि शुद्ध हुन्छ । जसरी बाहिरको मेघ चल्छ र बर्षा हुन्छ, त्यस्तै भित्री मेघले मन भित्र खुल्दुली उत्पन्न गर्छ, भित्री मेघ चल्छ र आन्तरिक बर्षा हुन्छ । जुन बर्षाले मन र बुद्धिलाई सफा बनाइदिन्छ । यसैबाट व्यक्ति अझ बढी कर्म गर्न थाल्छन् । त्यसैले यज्ञले कर्म बढाउँछ भने कर्मले पनि यज्ञलाई बढाउँछ । यज्ञको बाहिरी क्रियाकलाप भन्दा आफूभित्र परिवर्तन हुने क्रियाकलापहरु बढी महत्वपूर्ण हुन्छन् । तसर्थ यज्ञ गर्दा भावनामा डुबेर गरिएको छ भने चित्त शुद्ध हुन्छ जसबाट पुनः पवित्र कर्महरु हुन जान्छन् । त्यसैले यज्ञले कर्म बढाउँछ र कर्मले पनि यज्ञ बढाउँछ । कर्मविना यज्ञ चल्दैन भने यज्ञविना कर्महरु हुन सक्दैनन् । यी एक अर्कामा निर्भर रहन्छन् । जसरी ढुंगा माटोको भरमा रहन्छ र माटो पनि ढुंगाको भरमा रहन्छ । ढुंगा विना माटोको अस्तित्व संकटमा पर्छ भने माटो विना पनि ढुंगा अड्न सक्दैन । यी एक अर्कामा निर्भर रहन्छन् । त्यसरी नै यज्ञ र कर्म पनि एक अर्कामा निर्भर रहन्छन् । त्यस्तै कर्मविना यज्ञ चल्दैन भने यज्ञविना कर्महरु हुन सक्दैनन् ।

शरीरलाई छोड्ने हो भने आत्मा तत्व सबै प्राणीमा एउटै हुन्छ । लोभ, मोह र द्धेष प्रकृतिबाट उत्पन्न हुन्छन् । तृष्णा शरीर भएपछि हुने नै भो । इन्दियहरुले कामवासना माग्छन् । त्यही वासनाले मानिसलाई पापी र अधर्मी बनाउँछ ।

कसाई अथवा सार्की भन्ने वित्तिकै हाम्रो मन मस्तिष्कमा अर्कै बिम्ब खडा हुन्छ । ब्राह्मण भन्ने वित्तिकै अर्कै बिम्ब आउँछ । हाम्रो मनमा पुस्तक व्यापारी भन्दा आनन्दको महसुस हुन्छ । अहो ज्ञान बाँडिरहेको रहेछ हाम्रो । तर मासु व्यापारी अथवा कसाई भन्दा चाहिँ अलिक अप्ठ्यारो महसुस हुन्छ । आखिर व्यापारी त दुवै हुन् । दुवैले आफ्ना ग्राहकलाई सेवा पुऱ्याइरहेका छन् । कसाइले पनि अरुले आपूर्ति गरेको मासु बेच्छ । खान पुग्ने जतिमात्र नाफा लिएर मासु बेचिरहेको रहेछ भने त्यो हिंसात्मक अथवा विकर्म हुँदा हुँदै पनि त्यसभित्र कर्म देखिन्छ । त्यही मासु व्यापारबाट धेरै निर्दोष जनावरको ज्यान जान्छ । थोरै नाफा लिएर सेवा गरेको कर्म त हो । तर जति धेरै मासु बिक्री भयो त्यति नै बढी जनावरहरुको हत्या हुन्छ । त्यसरी हेर्ने हो भने त्यो थोरै नाफा लिई गरेको कर्मभित्र विकर्म देख्न सकिन्छ । अर्को तर्फ पुस्तकको व्यापार गर्नु भनेको कर्म हो । त्यही पुस्तकबाट धेरै व्यक्तिहरुमा अज्ञानताको नाश हुन्छ । अझ धर्मशास्त्रका किताबबाट त धेरै जनालाई ज्ञान बाँड्न सकिन्छ भने त्यो पवित्र कर्म हो । तर त्यही प्रकाशक र बिक्रेताले रु.१,०००००। को किताब बेचे पनि रु.१०,०००। को मात्र बिक्रि भयो भनी लेखकलाई ठग्छ । अझ तपाईको किताब नै फिर्ता लैजानु भनेर रुखो शब्द बोल्छ भने त्यो पवित्र कर्मभित्र पनि विकर्म देख्न सकिन्छ । औषधीको व्यापार गर्नु पनि असल कर्म हो । यसबाट धेरै विरामीहरुलाई सेवा पुग्छ । त्यही औषधी व्यापारीले ५०/६० प्रतिशत नाफा खाएर बेच्छ भने जीउदै बिरामीलाई मार्ने काम हो । अझ म्याद नाघेको औषधी कुनै औषधी पसलले बेच्नु भनेको त्यो बिरामीको हत्या गर्नु जस्तै हो । यसरी हेर्दा त्यो औषधी पसलको कर्म भित्र पनि विकर्म देखिन्छ । आध्यात्मिक विधाको विद्यार्थी भएकाले मैले हरेक कर्मलाई दुई दृष्टिकोणबाट हेर्न थाले ।

श्रीमद्भगवत गीताको प्रवचन दिनु, व्याख्या गर्नु अकर्म हो यसबाट कुनै प्रतिक्रिया आउँदैन तर दानको आशक्तिले पुराणवाचन गर्नु अकर्म त हुनै सक्दैन । त्यो विकर्म हुन जान्छ । हिंसात्मक कर्म मात्र विकर्म होइन । आशक्तिले अरुलाई दुख दिन्छ, त्यसैले यो पनि विकर्म नै हो । निष्काम कर्म गर्न सिकाउनुपर्नेमा आफै फलाशक्तिले पुराण वाचन गर्छ भने विपरीत कर्म अथवा विकर्म नै हो । त्यसैले पण्डितले पुराण

वाचन गरेको अथवा आध्यात्मिक प्रवचन दिएको अकर्म हो तर त्यही अकर्म भित्र पनि आशक्ति देख्नु विकर्म हो । :

अस्पताल खोलेर धेरै बिरामीहरुको सेवा गर्नु पवित्र कर्म हो । तर त्यही अस्पतालमा मरिसकेको बिरामीलाई भेन्टीलेटरमा राखेर महँगो शुल्क तिराउनु त्यही पवित्र कर्म भित्रको विकर्म हो ।

सामाजिक सेवाको भावनाले बृद्ध, बाल बच्चाहरुको सेवा गर्नु पवित्र कर्म हो । तर त्यही सामाजिक सेवाको बर्को ओडेर राजनीति गरी उनीहरुको नाममा प्राप्त हुने मौका आफ्ना छोराछोरीलाई उपलब्ध गराउनु र जबरजस्ती चन्दा असुल्नु चाही विकर्म हो ।

लाइब्रेरीबाट पुस्तक चोर्नु विकर्म हो । तर त्यही पुस्तक चोरेर भए पनि साथीहरुलाई पढ्न दिई परीक्षामा पास गराउनु चाहि विकर्म भित्रको कर्म हो । हरेक कर्मभित्र विकर्म र विकर्म भित्र पनि कर्म हुन्छ । मात्र जरुरी छ आध्यात्मिक आँखाको ।

अध्याय ५

पुण्य र पाप

वैदिक सनातन धर्ममा पुण्य र पाप सबैभन्दा बढी प्रयोग भएका शब्द हुन् । सामान्य अर्थमा पुण्य भनेको परोपकारी कार्यबाट प्राप्त हुने आध्यात्मिक धन हो भने पाप त्यसको ठीक उल्टो परपीडाबाट प्राप्त हुने ऋृण हो । हरेक मानिसको भौतिक धन र ऋृण हुन्छ । हरेक व्यक्ति ऋृण घटाउन र धन बढाउन नै तल्लिन रहन्छ । आध्यात्मिक व्यक्ति पनि आध्यात्मिक धन अथवा पुण्य कमाउन, संचय गर्न, आध्यात्मिक पाप नगर्न वा पाप घटाउन नै आफ्ना कर्महरु गरिरहेका हुन्छन् ।

जब मैले गीता पढ्न सुरु गरेँ, मैले मेरो आत्माले बुझेको कुरा गीताबाट प्राप्त भएको ज्ञानसँग संयोजन गरी बुझ्न थालेँ । गीताको प्रथम अध्यायमा अर्जुनले व्यक्त गरेको

निहत्य धार्तराष्ट्रान्नः का प्रीतिःस्याज्जनार्दन ।
पापमेवाश्रयेदस्मान्हत्वैतानाततायिनः ॥ - १।३६

अथवा अरुलाई पिडा दिदा, अरुलाई मार्दा पाप लाग्छ । तसर्थ त्यस्तो पाप लाग्ने कर्म गर्नु हुँदैन भन्ने नै मलाई लाग्थ्यो । धृतराष्ट्रका सन्तान मारेर भलो हुँदैन । आततायी वा आतकंवादी नै भए पनि दाजुभाई मारेमा पाप लाग्छ । मार्नु त टाढाको कुरा हो, कुनै पनि व्यक्ति, समूहलाई पीडा हुने काम गरियो भने पनि पाप लाग्छ ।

देही नित्यमवध्योयं देहे सर्वस्य भारतः ।
तस्मात्सर्वाणि भूतानि न त्वं शोचितुमर्हसि ॥ २।३०

जब मैले भगवत गीताको दोस्रो अध्याय पहिलो पटक पढेँ । कृष्णले अर्जुनलाई देह र देहीको विषयमा ज्ञान दिनु भएको छ । त्यो मलाई आंशिक सत्य मात्र लाग्यो । प्रत्यक्ष वा परोक्ष रुपमा मनले बोली र शारिरीक क्रियाद्वारा कसैलाई पीडा पुर्‍याउने कार्यलाई पाप भन्ने बुझेँ

। व्यक्ति मार्नु त झनै पापपूर्ण कार्य हो। देह मारेर देही मारिन्न र यसमा पाप हुँदैन भन्ने सिद्धान्त गीतामा प्रतिपादन गरिएको छ, त्यो मेरो विचारमा अझ पनि पूर्ण सत्य हो भन्नेमा सन्देह छ । किनकि यही सिद्धान्तका कारण पशुबलिका नाममा अबोध र निर्दोष जनावरहरुले मृत्युवरण गरिरहेका छन् । कलिला पाठापाठी, कुखुरा, परेवा, पाडापाडीहरुले आफ्नो जीवन कष्टपूर्ण मौन चित्कारका साथ बली चढ्न बाध्य छन् । किनकि उनीहरुको शरीर मरेर पनि आत्मा मर्दैन भनिन्छ। शरिरले नयाँ कपडा फेरेझैं आत्माले पनि नयाँ शरीर धारण गर्दछ। यो विश्वासमा नयाँ शरीर दिनका लागि निर्दोष प्राणीको हत्या गर्नु कति सार्थक छ ? असली कुरा यो सब जिब्रोको लागि गरिएको हो, मुक्ति प्रदान गर्न गरिएको होइन ।

दोस्रो चरणमा मैले अधर्मीलाई मार्दा पुण्य प्राप्त हुन्छ र पाप लाग्दैन भन्ने लाग्यो। धृतराष्ट्र, दुर्योधन र दुशासनलाई मार्दा पाप लाग्दैन । किनकि यिनीहरु असत्य बाटोमा हिडे। विकर्म गरे र छलकपटपूर्ण कार्य गरे । त्यसैले यिनीहरु प्रति मेरो मनमा घृणा पलाएर आयो । तर कर्ण, भीष्म पितामह, द्रोणाचार्यप्रति चाहिँ मेरो मनमा अगाध प्रेम र स्नेहको बत्ति बलिरह्यो । अथवा मेरो मनमा धर्म र अधर्म, सत्य र असत्यमा विभाजन गरी पात्रप्रति आफ्नो छुट्टै दृष्टिकोण बनाउन र आफैमा प्रतिक्रिया जनाउन थालें । यो क्रम करिब २।३ वर्ष सम्म नै रहयो । यो संक्रमणकालिन अवस्था रहेछ ।

तेस्रो चरणमा मैले खास गरिकन मण्डुक, माण्डुक्य, प्रश्न, मैत्री र कथा उपनिषदहरुको अध्ययन गरें । त्यसपछि पुनः भगवत गीतालाई बुझ्ने प्रयास गरें अर्थात् उपनिषदहरुको प्रतिबिम्ब सँगै गीतालाई बुझ्न थालें । यो चरणमा मैले अर्जुन र दुर्योधन, भिष्म पितामह र धृतराष्ट्र बीचमा कुनै अन्तर पाइन । सबै जीवात्मा नै हुन् । धृतराष्ट्र पुत्रमोहको प्रतीक हुन् । दुर्योधन द्वेष (क्रोध र इर्ष्या) को प्रतीक हो । द्रोणाचार्य सुवास मोहको प्रतीक हो । अर्जुन मुक्तयोगी पात्र हुन् । तसर्थ तेस्रो चरणमा गीताको अध्ययनमा सबै पात्रलाई आफ्नो भूमिका निर्वाह गराउन लगाएको मात्र पाएँ ।

"सर्वभूतस्थमात्मानं सर्वभूतानि चाऽऽत्मनि ।
ईक्षते योगयुक्तात्मा सर्वत्र समदर्शनः ॥ ६।२९

यस चरणमा ममा सबैप्रति समभाव पलाउन थाल्यो । समदृष्टि बन्न थाल्यो । सबै प्राणीमा श्रीकृष्ण विराजमान हुनुहुन्छ र सबै प्राणीमा श्रीकृष्ण भगवान विराजमान हुनुहुन्छ । मेरा विचारमा गाई, हात्ती, चाण्डाल, सर्वज्ञ बाहुन सबै बराबर लाग्यो । किनकि यी सबै श्रीकृष्णका सृजना हुन् र राम्रो नराम्रो पाप, पुण्य सबै बराबर लाग्न थाल्यो ।

वास्तवमा पाप र पुण्य सँगसँगै आउछन् । यी एउटै सिक्काका दुई पाटा हुन् । मैले पुण्य कर्म गरेँ र पाप गरेको छैन भन्नु नै भ्रम हो । किनकि मानिसले पुण्यसँगसँगै पाप पनि कमाइरहेको हुन्छ । हामी केही जानीजानी र केही नजानीकन पाप कर्म गरिरहेका हुन्छौं । मेरो एकजना मित्र जो सरकारी नोकरीमा हुनुहुन्थ्यो उहाँले आफूले पहिला पढाएको दुर्गमको विद्यालय भवन निर्माण गर्नका लागि जिविसबाट १० लाख अनुदान दिलाउनुभयो । एउटा पुण्यकर्म गर्न पाइयो भनी मसँग संन्तोषको सास फेर्नुभयो । "मेरो मनमा त्यो भन्दा दुर्गमको स्कूल जहाँ जाडोमा कठ्याङ्ग्रीएर र खुला चौरमा पढिरहेका आवाजविहीनहरुको गाँस र बास काटेर गुरुङ गाउँ (कम दुर्गम) को विद्यालयमा अनुदान दिनु पाप हो जस्तो लाग्यो । २ घण्टाको बाटो धाएर विद्यालय जान नसकेको चेपाङका बालबालिकाको भाग काटेर त्यो गुरुङ गाउँमा विद्यालय बनाउन सहयोग गर्नु पापकर्म हो भन्ने लाग्यो । त्यो भन्दा पनि म, मैले र मलाई जोडिएर गरिएको कर्म पापकर्म हुन्छ भन्दा दोस्रो मित्रले पनि नजानीकन पहिलो मित्रलाई पिडा दिनुभयो । तसर्थ दोस्रो मित्रले पनि पुण्य कुरा गर्दा पाप गरिरहनु भएको थियो ।

भूकम्पले घर भत्किएर जाडोमा प्लास्टिकको पालमुनि चिसो र कष्टकर जीवन बिताइरहेका बालक बृद्धाहरुलाई घर बनाउनु पुण्यकर्म हो । तर त्यही घर बनाउँदा चराचुरुङ्गीको बासस्थान भएको रुख काटेर लैजादा चराचुरुङ्गीको बासस्थान नष्ट गरी पापकर्म गरिरहेका हुन्छौं । एउटाको घर बनाउन अर्काको घर भत्काई रहेका हुन्छौं । यसरी हामी एउटा पुण्य कर्मसँगै अर्को पापकर्म पनि गरिरहेका हुन्छौं ।

एकजना कृषकले भन्नुभयो मैले आफ्नै पसिनाको कमाई खाएको छु । त्यही पसिनाको कमाईबाट मैले स्वास्थ्य चौकी बनाउन रु.१००००।- दान दिएँ भनेर गर्वका साथ चौतारामा बसेर कुरा गरिरहनु भएको थियो । उहाँले पुण्यकर्म गरेकै हो । त्यसमा कुनै सन्देह छैन तर उहाँमा जुन घमण्ड अथवा अहंपन वा इगो आयो र आत्मप्रशंसा गर्नु भयो, अरुभन्दा म श्रेष्ठ छु भन्ने भावना आयो, त्यो पाप कर्म नै हो । कृतिको इच्छा, धनको इच्छा र यौनको इच्छा समान रुपमा खराब छन् । तसर्थ पुण्य कर्मसँगै पाप कर्म पनि गरिरहनु भएको छ । फरक यति हो पाप र पुण्यको मात्रामा मात्र फरक छ ।

चौथो चरणमा ध्यानको लामो साधना पछि मैले गीता पढेको थिएँ । ध्यानको बेला मैले धृतराष्ट्र, युधिष्ठिर, दुर्योधन र अर्जुन बाहिर संसारमा होइन, म भित्रको संसारमै पाएँ । जब हाम्रो मनमा लोभ र मोह बढ्छ तब हामी धृतराष्ट्र बन्छौं । जब हाम्रो मनमा घमण्ड बढ्छ तब हामी दुर्योधन बन्न पुग्छौं । धृतराष्ट्र दुर्योधन भनेको क्रमश मोह र द्वेष हुन् । जब हाम्रो मनमा त्यागको भावना आउछ हामी अर्जुन बन्छौं । जब हामीलाई सत्य कुरा गर्न मन लाग्छ, त्यो बेला हामी युधिष्ठिर बन्छौं, । हिंसाको सहारा लिएर वा हिंसालाई माध्यम बनाएर अरूको परोपकार गरिन्छ भने त्यो पनि पाप हो ।

अर्को एकजना शिक्षकले भन्नुभयो मैले पुण्यकर्म गरेको छु । कक्षाको उत्कृष्ट विद्यार्थीलाई मैले मेरो खल्तिबाट रु.१०००। पुरस्कार दिएँ । उहाँको विचारमा त्यो पुण्यकर्म हो तर अध्यात्मको विद्यार्थीको नाताले मैले त उनले पापकर्म गरेको देखे । जो अघाएको छ उसलाई थप खाना दियौं । जो ज्ञानको भोको छ उसलाई केही दिएनौं । वास्तवमा थप हौसला त कमजोर विद्यार्थीलाई पो दिनुपर्थ्यो । पुरस्कारले ती उत्कृष्ट विद्यार्थीमा म अरुभन्दा जान्ने छु भन्ने अथवा अरु भन्दा फरक छु भन्ने भावनालाई मलजल गरी उसको घमण्ड बढाउदैछौं अथवा उसलाई दुर्योधन बनाउदै छौं । शिक्षक साथीले पुण्यकर्म देख्नुभयो भने मैले त त्यसलाई पापकर्म पो देखें ।

एकजना मेरा मित्र गाईपालन गर्नुहुन्थ्यो । उहाँले गौ सेवा गरेको छु , दुध बिक्रि गर्छु, गुजारा चलाई रहेको छु । त्यसैले मैले त पुण्यकर्म गरेको छु भन्नु हुन्थ्यो । मेरो आध्यात्मिक आँखाले हेर्दा त उहाँले दोहोरो

पाप पो गर्नुभयो । पहिलो, गाईको दुध उनकै बाच्छा वा बाच्छीको लागि भएकोले बाछाको दुध चोर्नु पापकर्म हो । त्यो दुध घरमा नाती नातिनालाई दिएको भए पनि एउटा बच्चाको दुध अर्को बच्चाले त पाउथ्यो । उहाँले त्यो दुध बजारमा लगेर बेच्नुभयो अथवा दुईवटा बच्चा (बाच्छाबाच्छी र नातिनातिनी) लाई नदिई बिक्रि गर्नुभयो आध्यात्मिक हिसाबले उहाँले पनि पापकर्म गर्नुभयो ।

एकजना कसाईले प्रतिदिन मासु काटेर बिक्रि गरिरहेको हुन्छ । उसले अबोध जनावरलाई मारी रहेको हुँदा त्यो पापकर्म त हो नै । समाजले कसाईको पेशालाई हेय र पुस्तक व्यापारीको पेशालाई श्रद्धाको दृष्टिकोणले हेर्न सिकाएकाले हामी मासु बेच्नेलाई हेय भावले कसाई भन्छौं र जानेर वा नजानीकन विकर्म गरिरहेका हुन्छौं । पुस्तक व्यापारीले ३०।४० प्रतिशत नाफामा पुस्तक बेचिरहेको छ भने कसाईले १०।१५ प्रतिशतमा मासु बिक्रि गरिरहेको हुनसक्छ । कसैले पुस्तक बिक्री गरोस् चाहे मासु, आखिर दुवैले अर्थशास्त्रको भाषामा बस्तु नै बिक्री गरिरहेका छन् । कसाईले जीवन धान्ने नाफा मात्र लिएर मासु बिक्री गरिरहेको छ भने त्यो पुण्य कर्म हो । त्यही कर्मलाई पशु हिंसाको हिसाबले हेर्दा त्यो विकर्म हो । ३०।४० प्रतिशत नाफा कमाउने पुस्तक व्यापारी भन्दा १०।१५ प्रतिशत मात्र नाफा लिई मासु बेच्नु पुण्य हो तर हिंसाका हिसाबले त्यो पाप कर्म हो ।तसर्थ पुण्य र पाप भन्ने कुरा तुलनात्मक कर्म नै हुन् ।

एकजना साथी सरकारी सेवामा हुनुहुन्थ्यो । उहाँ घुस खान सिपालु हुनुहुन्थ्यो । म चाही गैर सरकारी संस्थामा काम गर्थें र राम्रो पारिश्रमिक पाउथे । सरकारी कर तिर्थें र पारिश्रमिकको केही अंश दान गर्थें । मलाई लाग्थ्यो मैले पुण्यकर्म गरेँ । तर मेरो साथीले घुस खाएर पाप कर्म गरे भनेर पछुतो लागिरहन्थ्यो । आध्यात्मिक अध्ययनमा लागे पछि ध्यान र योगको साधना पछि मैले के अनुभव गरेँ भने म पाप काम गरिरहेको छु । मेरो गैर सरकारी संस्थाले भोका, नाङ्गा बच्चाहरु देखाएर उनीहरुका नाममा विदेशीले दान दिएको रकमको ७०।८० प्रतिशत आफूले पारिश्रमिक बनाएर लिदा मैले पुण्य काम गरे कि पाप ? ती भोका नाङ्गा बच्चाहरु, किशोरकिशोरीहरुको भाग खोसेर मैले खाएको पाप नभए के हो त ? अर्कोतिर, मेरो मित्र जो सेवाग्राहीबाट काम गरिदिए

बापत रकम माग्नु हुन्छ, त्यो विहान बेलुका हात मुख जोर्नलाई ठीक हुन्छ । ऐन, नियम बनाएर त्यसलाई हामीले घुस बनायौं । अनि गरिब भोका नाङ्गाका लागि मागेर ल्याएको अनाथालयको रकमको ७०।८० प्रतिशत पारिश्रमिक बनाएर लिदा चाही त्यो घुस नभई पारिश्रमिक भयो । वास्तवमा मैले ७०।८० प्रतिशत पारिश्रमिक भनी लिएर त्यसको केही अंश दान दिएर पुण्य कमाएको होइन । बरु पाप कमाएको हो ।

पुण्यमा पाप र पापमा पुण्य देख्नु नै आध्यात्मिक परिपक्वता हो । हरेक कालो बादलमा चाँदीको घेरा हुन्छ । हरेक पापकर्ममा पनि पुण्य कर्म भएकै हुन्छ । केही दशक पहिला "चम्बलको घाँटी" डाँकाहरु बस्ने स्थानमा परिचित थियो । "फूलन देवी" डाँकाहरुकी नायिका थिइन् । ती क्रूर डाँकुले पनि पुण्य कर्म गर्दा रहेछन् । छेउछाउका गरिब, दुःखी, अनाथ गाउँले बच्चाहरुलाई डाँकाहरुले लुटेर ल्याएको धन दौलत वितरण गरिदिन्थे । उनीहरुले धेरै मानिसको हत्या गरे, यातना दिए, त्यो पाप कर्म हो साथ साथै उनीहरुले गरीब दुखी गाउँलेलाई गरेको सहयोग पुण्य कर्म नै हो । डाँका भित्रको परोपकारी कर्म पाप भित्रको पुण्यकर्म हो । यस्ता अनगिन्ती कर्महरु हामी दिन प्रतिदिन गरिरहेका हुन्छौं, जहाँ पुण्य र पाप सँगसँगै कमाई रहेका हुन्छौं ।

माथि दिएको केही प्रतिनिधि कर्म मात्र हुन, हामी जुनसुकै पुण्यकर्ममा जानेर वा नजानीकन नै पापकर्म गरिरहेका हुन्छौं । त्यस्तै जतिसुकै पापकर्म गर्दा पनि जानेर वा नजानेर पुण्यकर्म गरिरहेका हुन्छौं । सामान्य मानिसले पुण्यकर्मभित्र पाप देख्दैन र पापभित्र पनि पुण्यकर्म देख्दैन । ऊ कि केबल पुण्य देख्छ वा केवल पाप मात्र देख्छ । आध्यात्मका विद्यार्थी र गीताका अध्येताले पुण्यमा पाप र पापमा पुण्य देख्दछ । मानिसलाई बोधीसत्व र समदर्शी बनाउन गीताले ठूलो योगदान दिएको छ । जसले पुण्यमा पाप र पापमा पुण्य देख्छ । यसरी ऊ आध्यात्मिक ज्ञानको बोधीसत्व बन्न पुग्छ ।

पापवृत्तिको कारण

काम एष क्रोध एष रजोगुण समुद्भवः ।
महाशनो महापाप्मा विद्ध्येनमिह वैरिणम् ॥३।३७

वास्तवमा जति जति व्यक्तिमा रजोगुण बढ्दै जान्छ, त्यति नै उसमा घमण्ड, अहं, आडम्बर बढ्दै जान्छ। रजोगुण बढ्नु भनेको जति पाए पनि तृप्त नहुने महापाप हो । काम, क्रोध नै पापको स्रोत हो । व्यक्तिमा माया आशातीत रुपमा आपूर्ति नभएमा त्यो माया क्रोधमा रुपान्तरण हुन्छ। धेरै माया गर्नु भनेको क्रोध बढाउनु हो। किनकि माया कुनै न कुनै कामना साथ नै गरिएको हुन्छ। जब कामना पूरा हुँदैन त्यो क्रोधमा रुपान्तरण हुन्छ । तसर्थ धेरै माया पनि गर्नु हुँदैन । मायालाई यदि मायाले गुणन गऱ्यो भने योगफल क्रोध हुन जान्छ । क्रोध रजोगुणको विशेषता हो। यसबाट शत्रुहरु बढ्छन्। तसर्थ पापको स्रोत माया पनि हो ।

पाँचौ चरणमा अध्ययन गर्दा मैले पाप र पुण्यमा फरक छुट्याउन सकिन, जसले पापलाई पनि पुण्य मानेर कर्म गरिरहेको हुन्छ उसले पुण्य नै प्राप्त गर्छ। उद्देश्य पुण्य छ तर त्यो पुण्य उद्देश्य प्राप्त गर्न पापपूर्ण कार्य गर्छ भने महावीरले भने जस्तै पापबन्धु पुण्य हुन्छ । अर्जुनको उद्देश्य धर्मको लागि लड्नु अथवा कृष्णले उपदेश दिएझै धर्म र सत्य स्थापना गर्न, त्यसकै प्रबर्धन गर्न पाप कर्म गर्नु अर्थात बन्धु बान्धवको हत्या गर्नु पापबन्धु पुण्य नै हो । त्यही धर्मको लागि, सत्यको लागि र न्यायका लागि महाभारतमा हजारौं हजार व्यक्तिहरुले जीवन गुमाउनु पऱ्यो । त्यो पापपूर्ण कर्म भएपनि उद्देश्य पुण्य भएकाले त्यो पुण्य नै ठहर्दो रहेछ । त्यही पुण्य प्राप्त गर्न कर्ण, भिष्म पितामह र द्रोणाचार्य क्रमशः ज्ञानी, वीर र विद्धानले शरीर त्याग दिनुपऱ्यो। त्यस्तै पापी उद्देश्य लिएर पुण्यकर्म गरे पनि त्यो पापकर्म नै हुन जान्छ । धृतराष्ट्रले पाण्डवप्रति गरेको प्रेम पापी उद्देश्यले थियो। त्यसैले त्यो पुण्यबन्धु पाप हो ।

छैटौं चरणको अध्ययनमा जब व्यक्ति निष्काम कर्म गर्छ, उसलाई न त पुण्य प्राप्त गर्नु छ, न त पाप नै। कर्मफल त्याग गरेमा न त पुण्य आर्जन गर्ने लोभ हुन्छ न त पाप लाग्ला भन्ने डर नै। त्यसैले पुण्य र पापबाट मुक्त हुन कर्मबन्धनबाट छुटकारा पाउन जरुरी छ । त्यसैले भगवत् गीतामा लेखिएको छः

कर्मजं वुद्धियुक्ता हि फलं त्यक्त्वा मनीषिण : ।
जन्मबन्धविनिर्मुक्ता पदं गच्छन्त्यनामयम् । २ । ५१

समता बुद्धि भएका साधकहरु कर्मफल नै त्याग गरेपछि न त पुण्यको लोभ न त पापको डरमा नै फस्छन् । मैले बुझेको कर्म बन्धनबाट मुक्त भनेको कर्मफल त्याग गर्नु नै हो । उसलाई न त पाप लाग्छ न त पुण्य नै प्राप्त हुन्छ । जबसम्म मानिस पुण्य र पापको पछि लागि रहन्छ तवसम्म शान्ति र खुशी प्राप्त गर्न सक्दैन । चित्त बाँधेर फलको आस नगरी कर्म गरेमा पाप लाग्दैन । त्यस्तै जीत हार बराबरी सम्झे पनि पाप लाग्दैन ।

निराशीर्यतचित्तात्मा त्यक्तसर्वपरिग्रहः ।
शारीरं केवलं कर्म कुर्वन्नाप्नोति किल्बिषम् ॥ ४।२१

कर्म गर्दा पनि अकर्म गरेको मानी गरेमा पुण्य र पापबाट छुटकारा पाइन्छ । यसो गर्नलाई निष्काम कर्म गर्ने, कर्म गर्ने तर फलको आश नगर्ने, फल भगवानमा अर्पण गर्ने र फल भगवानको प्रसादको रुपमा ग्रहण गऱ्यो भने पुण्य र पापबाट मुक्त हुन्छ । कर्मफलको बन्धनबाट मुक्त हुनु भनेको पुण्य र पापबाट मुक्त हुनु हो । पाप कसैले आर्जन गर्न चाहदैन तर जब कसैले पुण्य पनि आर्जन गर्न चाहदैन भने उ कर्म बन्धनबाट मुक्त हुन्छ । निष्पाप हुन अकर्म हुन जरुरी छ । काम नगरी बसे अकर्म हुन्छ तर यो संसारमा जन्मेपछि कर्म त गर्नु नै पर्छ । गुजारा चलाउनका लागि पनि कर्म त गर्नु नै पर्छ । तसर्थ निष्काम कर्म गऱ्यौ भने वा फलको कामना नगरी कर्म गऱ्यौ भने वा कर्मफल भगवानलाई अर्पेर कर्म गऱ्यौं भने निष्पाप कर्म गर्न सक्दछौं ।

अध्याय ६

कर्म र कर्म सन्यास

मानव विकासको लागि निवृत्ति र प्रवृत्ति मार्ग बीचको सन्तुलन अपरिहार्य छ । सांख्य निवृत्तिको मूल प्रवाह हो । यसले निवृत्ति मार्गलाई नै प्रतिनिधित्व गर्दछ । सामान्य अर्थमा सांख्य भनेको कर्मसन्यास हो वा कर्मलाई त्याग्नु हो । सांख्य सिद्धान्तको प्रतिपादन कपिल मुनिले ईशा पूर्व तेस्रो शताब्दीतिर गरेको मानिन्छ । यसको व्याख्या र विश्लेषण भने ईशा पछिको तेस्रो शताब्दीतिर ईश्वरा कृष्णले गर्नु भएको छ ।

सांख्य अथवा कर्म सन्यास निवृत्ति मार्ग हो । त्यागको मार्ग हो । मुक्तिको मार्ग हो । सन्यासी त्यही हो जसमा न द्वेष, न त आकांक्षा छ त्यो द्वन्दहीन योगी सहजै बन्धनबाट मुक्त हुन्छ ।

ज्ञेयः स नित्यसंन्यासी यो न द्वेष्टि न कांक्षति ॥
निर्द्वन्दो हि महावाहो सुख बन्धात्प्रमुच्यते ॥ ५।३

पहिलो पटक मैले सांख्य पढ्दा लाग्यो संन्यास भन्दा राम्रो कुनै अर्को बाटो छैन । मुक्तिको बाटो नै सन्यासको बाटो हो । त्याग बिना मुक्ति सम्भव छैन । जबसम्म कर्मबन्धनमा बाधिन्छौं तबसम्म मुक्ति सम्भव छैन । जब कर्मबन्धन नै छैन भने मुक्ति स्वतः प्राप्त हुन्छ । म आफू पनि कति खेर कर्मसन्यास लिन पाउँला भनेर विचार गरिरहन्थैं । अथवा, कर्मसन्यास लिने इच्छा राख्दथैं ।

दोस्रो चरणमा गीताको अध्ययन गर्नुपूर्व मैले सन्यासीहरुसँग समीप हुने र उनीहरुको व्यवहारलाई नजिकबाट हेर्ने मौका पाएँ । मलाई लाग्थ्यो कर्मसन्यास लिएका व्यक्ति त लोभ, मोह, दोषबाट मुक्त हुनुपर्ने । त्यस्ता व्यक्तिमा चाहाना नै नहुनुपर्ने । चाहाना भए पनि दबाएको हुनु पर्ने, तर उनीहरुमा त कर्मयोगीको भन्दा बढी लोभ, मोह, द्वेष पाएँ । सन्यासी भएपछि मल्टिनेशनल कम्पनी, मल्टिनेशनल स्कुल र ठुला ठुला राष्ट्रिय र अन्तराष्ट्रिय मठहरुको प्रत्यक्ष सञ्चालन गरेको देखें । फलाशक्ति भएको पाएँ । लोभ र मोह झनै बढेको पाएँ । अझ सुवास

वा कीर्ति फैलाउने चाहाना पाएँ । त्यसपछि भगवत गीतालाई पुनः दोहोऱ्याएर पढ्न थालेँ । त्यहाँ लेखिएको रहेछ सांख्य र योग पृथक भन्ने अज्ञ हुन् विज्ञ होइनन् । राम्ररी साधना गरेमा एउटैबाट दुवैको फल पाउँछन् ।

सांख्ययोगौ पृथग्बालाः प्रवदन्ति न पण्डिताः ।
एकमप्यास्थितः सम्यगुभयोर्विन्दते फलम् ॥ ५।४

त्यसपछि मलाई लाग्यो कि फलाशक्ति नलिई कर्म गर्नु, फलको कामना नै नगर्नु, फल प्राप्त भए पनि त्यो आफूले नलिनु नै श्रेयस्कर लाग्यो । त्यो फल श्रीकृष्णलाई अर्पण गर्नु बराबर हो । यस्ता कर्महरु हेर्दा कर्मयोग जस्तो देखिएता पनि त्यो सांख्य नै हो । किनकि उ फलको बन्धनबाट मुक्त भएको छ, । कर्मबन्धनबाट मुक्त हुनु भनेको सांख्य नभएर के हुन्छ त ?

सांख्य अन्तर्गत ध्यान गरेर बसे पनि मनलाई नियन्त्रण गर्नु पनि कार्य नै हो । कर्म नै हो । दान दातव्य दिनु पनि अकर्म अथवा उद्देश्यका हिसाबले सांख्य भए पनि त्यो कर्म नै हो । त्यसैले सांख्य कर्मको प्रतिस्थापन होइन बरु पूरक हो । कर्मलाई फलरहित, कामनारहित बनाउनु भनेको कर्मयोगको पुरकको काम गर्नु हो । कर्म सन्यास लिई आध्यात्मिक प्रबचन दिनु, श्री कृष्णमा मन लगाउनु, पुस्तक लेख्नु, दान लिनु कर्मसन्यास अन्तर्गत कै कर्म हुन् । यस्ता कर्मले अकर्मको पुरकको काम गर्छन् । तसर्थ, कर्म सन्यास र कर्मयोग दुई विपरित ध्रुव जस्तो देखिए तापनि एक अर्काका पूरक हुन् ।

जसले फलाशक्ति अथवा फलको कामना नलिई अथवा निष्काम कर्म गर्छ, पवित्र कर्म गर्छ, उसले एउटै कर्म राम्ररी पूरा गरेमा सांख्य वा कर्मसन्यास दुवैको फल पनि प्राप्त हुन्छ । कर्मसन्यास लिएर पनि मठको संचालन गर्नु, आध्यात्मिक विद्यालय संचालन गर्नु, अध्ययन र अध्यापन गर्नु, दान लिनु दिनु, कर्मसन्यास पछिको कर्म नै हो । केवल काम्यक कर्मबाट मात्र सन्यास लिएको हो । तसर्थ कर्मसन्यास लिएर पनि उसले कर्मयोग गरेको नै मानिन्छ अथवा फलको इच्छा नै नभए पनि सांख्य र कर्मयोगको पनि फल प्राप्त हुन्छ ।

दोस्रो कुरा, शरीरको कर्म आत्मालाई मुक्ति प्रदान गर्नु हो अथवा कर्मयोग वा सांख्ययोग जे बाटो अपनाए पनि मुक्ति हासिल गर्नु नै प्रमुख लक्ष्य हो । मुक्ति नै अन्तिम गन्तव्य हो । त्यो मुक्तिको स्थानमा सांख्यको बाटोबाट पनि पुगिन्छ, । कर्मयोगको बाटोबाट पनि पुगिन्छ । तसर्थ यी दुई भिन्न भन्नु अल्पज्ञान हो, पूर्ण ज्ञान होइन ।

तेस्रो, भगवत गीता उपनिषदहरुको पनि सार हो । उपनिषदमा उल्लेख गरे अनुसार 'अन्नमय आत्मा' र 'प्राणमय आत्मा' को पनि परिभाषा गरिएको छ । अन्न अथवा वृहत अर्थमा वस्तुहरुको उत्पादन र वितरणमा सरिक हुनु कर्मयोग हो । यो अन्नमय आत्माले कार्य नगरी बस्न दिदैन । त्यस्तै प्राणमय आत्माले चेतना अथवा ज्ञान विना पनि मानिस बस्न सक्दैन । सांख्य विना चेतना, ज्ञान र प्रज्ञा प्राप्त हुँदैन । न त मानिस भौतिक पिण्ड मात्र हो न त चेतनायुक्त अदृश्य वा सूक्ष्म ज्ञानको भण्डार वा प्रज्ञाको भण्डार मात्र हो । बरु दुवैको असल संयोजन हो । तसर्थ कर्म गर्दा फलको आशा नगर्नु, निष्काम कर्म गर्नु र ज्ञान वा प्रज्ञा प्राप्ति गर्दा पनि कर्मको प्रबर्धन गर्ने हेतुले गर्नु, सांख्यलाई कर्मयोग देख्नु र कर्मलाई पनि सांख्य नै देख्नु श्रेयस्कर छ । विद्वान व्यक्ति, जसले कर्म गर्दा पनि कर्मसन्यास गरेको सम्झन्छ अथवा कर्मसन्यास पछि पनि मैले फरक प्रकृतिको कर्म नै गरिरहेको छु भन्ने सम्झन्छ । त्यसैले कर्म र सांख्य दुई विपरित ध्रुव हुन् भन्नु अल्पज्ञानको अभिव्यक्ति मात्र हो बरु कर्म र सांख्यलाई एउटै रथका दुई पाँग्राको रुपमा हेर्ने, एउटै सिक्काका दुई पाटाको रुपमा हेर्ने दृष्टिकोण बढी व्यावहारिक हुन्छ र सत्य पनि त्यही हो ।

चौथो चरणमा भगवत गीताको कर्मयोगबाट सन्यास अध्ययन गरेँ । कर्मयोग र सांख्य अथवा कर्म सन्यासमा कुनै फरक नै पाइएन । अर्जुनलाई भगवान कृष्णले भन्नु भएको छ मार्ने काम म गरिरहेको छु, तिमी निमित्त मात्र बन । ज्ञान/प्रज्ञा मैले नै दिइरहेको छु, तिमी माध्यम मात्र बन भन्नु भएको छ । चाहे कर्म गरौं वा कर्म सन्यास गरौं, हामी त निमित्त मात्र हौं । कर्म गराउने र ज्ञान प्रज्ञा दिने श्रीकृष्ण नै हुन् । ज्ञानको स्रोत पनि भगवान श्रीकृष्ण नै हुनुहुन्छ । अथवा उहाँ नै 'रिमोट कन्ट्रोलर' हो । हामी त केबल टेलिभिजनको पर्दा मात्र रहेछौं । कृष्णले रिमोटबाट कर्मको दृश्य लगाउँदा पर्दामा कर्म गरेका क्रियाकलाप देखिन्छ

अथवा हामी कर्मयोगमा व्यस्त हुन्छौं । उहाँको रिमोटले कर्मसन्यास (सांख्य) को बटम थिच्दा हामी कर्मसन्यास गर्दछौं ।

तसर्थ हामी केवल टेलिभिजनको वा सिनेमाको पर्दा मात्र हौं । जहाँ रिमोटले कर्म लगाउछ र हामी कर्मयोगमा व्यस्त हुन्छौं । कर्मयोगी बन्छौं । जसरी खेलाडी खेलबाट विश्राम लिन्छ त्यसै गरी हामी पनि कर्मसन्यास लिन्छौं । पुनः कर्मयोगको बटम थिच्ने वित्तिकै पहिला भन्दा बढी कर्मयोगी बनेर काम गरिरहेका हुन्छौं । कर्मयोग र कर्मसन्यास खेल खेल्नु र खेलबाट विश्राम लिनु जस्तै हो । कर्मयोग र कर्मसन्यास भनेको एक अर्काका परिपूरक हुन् । खेल खेलाउने रेफ्री चाही कृष्ण नै हुन ।

चौथो चरणमा मैले बुझेको कुरा "कर्मबन्धनबाट मुक्त हुनु भनेको आत्मा र परमात्मालाई बुझ्नु हो वा ज्ञान प्राप्त गर्नु हो ।"

योगसन्न्यस्तकर्माणं ज्ञानसंछिन्नसंशयम् ।
आत्मवन्तं न कर्माणि निबध्नन्ति धन~जय ॥४।४१

ईश्वरमा कर्महरु समर्पण गरेको छ भने उसले आत्मा बुझेको हुन्छ । आत्मा परमात्माको अंश हो र आफू भगवानको अंश हुँ भन्ने कुरा बुझेपछि व्यक्ति कर्मबन्धनमा पर्दैन । सुख, दुखको चक्करमा पर्दैन । जन्ममृत्युको बन्धनबाट मुक्त हुन्छ । मानिसको मृत्यु त हुन्छ नै आत्माले शरीर त छोड्छ नै, तर त्यस्तो मृत्युलाई स्वाभाविक रुपमा लिनु र मृत्युदेखि नडराउनु नै मृत्युमाथि विजय प्राप्त गर्नु हो । जन्मनु मर्नु हो र मर्नु जन्मनु हो । जब व्यक्तिले जन्मलाई मृत्युको रुपमा र मृत्युलाई पनि जन्मको रुपमा बुझ्छन् । जन्म र मृत्युमा फरक देख्दैनन् । यसलाई समअवस्था भनिन्छ । मानिस न कसैको जन्ममा खुशी हुन्छ न मृत्युमा दुखी नै । कसैले जन्म र मृत्युलाई फरक रुपमा लिन्छ भने उसले आत्मालाई बुझेको छैन । जब आत्मालाई बुझ्छ ऊ न कोही जन्मदा खुशी हुन्छ न त मत्युमा दुखी । न कोही जन्मिएको हुन्छ न त मरेको नै । यो त देहीले देहान्तरण गरेको मात्र हो ।

अध्याय ७

कर्म र कर्मफल

हतो वा प्राप्स्यसि स्वर्गं जित्वा वा भोक्ष्यसे महीम् ।
तत्मादुत्तिष्ठ कौन्तेय युद्धाय कृतनिश्चयः ॥ २।३७

धेरैलाई लाग्छ फलको विल्कुलै आशा नगर्नु अथवा फलबाट टाडा रहनु राम्रो हो तर बुझ्नुपर्ने कुरा के छ भने स्वयं भगवान कृष्णले पनि अर्जुनलाई कर्मको फल देखाउनु भएको छ । फलको कामना नगर भनेर गीताका अधिक पृष्ठहरुमा व्याख्या गरिएको छ । फेरी त्यही फल प्राप्त गर्नकै लागि भगवान श्रीकृष्णले किन अर्जुनलाई कर्म गर्ने उपदेश दिएका होलान ? बुझ्न कठीन छ ।

मैले पहिलो चरणको अध्ययनमा भगवत गीता कर्मयोग प्रधान भएको ग्रन्थको रुपमा पाएँ । कर्म नगर्नु भन्दा फलको कामना गरेर भएपनि कर्म गर्नु उत्तम हो भन्ने सन्देश पहिलो चरणको अध्ययनमा प्राप्त गरे । युद्ध हारियो वा वीरगति प्राप्त भयो भने स्वर्गलोक प्राप्त हुन्छ । युद्ध जितियो भने त तिमीले यो राज्य भोग गर्न पाउछौं भनेर अर्जुनलाई सन्देश दिदा प्रस्ट रुपमा फलको आकांक्षा देखाइएको छ । स्वर्ग प्राप्त गर्ने हेतुले कर्म गर्नु निष्काम कर्म होइन । यदि स्वर्ग र नर्कको आशमा कर्म गर्ने हो भने फेरी पनि स्वार्थ अदृश्य रुपमा मनमा पलाउँछ । अर्थशास्त्रीहरु भन्छन् चाहाना बिना कर्म हुँदैन । मानिस आफ्ना चाहाना पूर्ति गर्न नै कर्ममा तल्लिन रहन्छ । तसर्थ चाहाना कर्मयोगीमा हुनै पर्छ तर चाहानालाई अनियन्त्रित घोडा जस्तो छोड्नु हुँदैन । चाहानालाई नियन्त्रित गर्नु नै योग हो । पहिलो चरणमा यदि कसैले कर्म नै गरेन भने उसलाई फलकै आशा देखाएर भएपनि कर्मयोगमा लगाउनु पनि राम्रै हो । तर दोस्रो चरणमा उसले फलाशक्ति छोड्नै पर्छ ।

दोस्रो चरणको अध्ययनमा मैले माथिको श्लोकलाई कर्मयोगको सापेक्षताको आधारमा बुझ्ने जमर्को गरे । वैराग्य मन भएका अर्जुनलाई कर्म योगमा ल्याउन निष्काम कर्म वा फलको कामना नलिई कर्म गर

भनेर श्रीकृष्णले प्रथम पटक नै सन्देश दिएको भए उनलाई वैरागी अवस्थाबाट कर्मयोगमा फर्काउन सकिदैनथ्यो । प्रारम्भिक चरणमा कुनै न कुनै उत्प्रेरणाको जरुरत पर्छ, चाहे पढ्न होस्, चाहे कर्म गर्न होस्, चाहे यज्ञ गर्न होस् । प्रारम्भिक चरणमा उत्प्रेरणा दिनुपर्छ । त्यही उत्प्रेरणा दिने अभिप्रायले श्रीकृष्णले अर्जुनका दुवै हातमा लड्डु राखिदिनुभएको हो । हारे भने स्वर्ग प्राप्त हुने र जिते भने राज्य भोग । दुवै हातमा फल । वैरागी भएका कृष्णले अर्जुनलाई कर्ममा फर्काउन प्रयोग गरेको पहिलो प्रेष्कृप्शन हो कर्मफल सहितको कर्म ।

मैले तेस्रो चरणमा भगवत गीताको अध्ययन गर्दा त्यही श्लोकलाई पटक पटक पढेँ । भगवान श्रीकृष्ण परमेश्वर हुन् । उनलाई फल दिने अधिकार छ । त्यसैले उनले स्वर्ग दिन पनि सक्छन् वा राज्यभोग गर्ने अवसर प्रदान गर्न पनि सक्छन् । पहिले राज्यभोग त्यसपछि स्वर्ग दुवै फल पनि दिन सक्छन् । भगवानले जे गऱ्यो हामी मानिसले त्यो गर्नु हुँदैन । अर्जुनले महाभारतमा कर्मयोगी भूमिका निर्वाह गरे । तसर्थ उनले एक अथवा दुवै फल प्राप्त गरेमा अनर्थ वा अन्याय होइन ।

मैले चौथो चरणमा पुन भगवत गीताको अध्ययन गरेँ र कर्मयोग र सांख्यको सम्मिश्रणमा यो श्लोकलाई बुझ्ने प्रयत्न गरेँ ।

यसलाई चिकित्साकीय हिसाबले बुझ्नु वेश हुन्छ । पहिलो र दोस्रो प्रेष्कृप्शनमा जसरी कुनै चिकित्सकले पहिला थोरै पावरको औषधी दिन्छ र क्रमशः औषधीको मात्रा बढाउदै लान्छ र बिरामीलाई निको पार्छ । श्रीकृष्णले ठीक त्यही ढंगले विरक्त बनेका अर्जुनलाई इलाज गर्न प्रयोग गरेका छन् । पहिलो प्रेष्कृप्शनमा फलको आशा सहितको कर्म गर्ने, दोस्रो प्रेष्कृप्शनमा श्रीकृष्णले फलको आशा नगरी आफ्नो कर्म गर्न सन्देश दिनु भएको छ (भगवत गीता ३।३०)। तेस्रो प्रेष्कृप्शनमा भगवान श्रीकृष्णले सबै कर्महरु ममा अर्पेर बिना कुनै सन्देह पीर नलिई युद्धमा लड्ने आदेश दिनु हुन्छ । कर्म श्रीकृष्णमा अर्पण गरेपछि न त पाप हुन्छ न त पुण्य नै । त्यसैले सबै फल श्रीकृष्णमा समर्पण गर्न सल्लाह दिनु भएको हो । फलको विचार नै नलिनु हो । चौथो प्रेष्कृप्शनमा सबै मार्ने, मराउने, कर्म गर्ने, गराउने म (श्रीकृष्ण) हुँ, तिमी त निमित्त मात्र हो भन्नु भएको छ । त्यसैले मैले फलको बन्धनमा नबाँधिएर कर्म गर भनेर सन्देश दिनु भएको बुझ्झें । कर्म सन्यास लिंदा जति आध्यात्मिक उर्जा प्राप्त हुन्छ त्यो

भन्दा बढी कर्म गरेर कर्म संन्यास लिदा प्राप्त हुन्छ भन्ने सन्देश दिनु भएको पाएँ । यदि अर्जुनले युद्ध नगरी सन्यास लिएको भए उनीसँग कर्मको अनुभव हुने थिएन । मानिस भएपछि कर्मको अनुभव हुन जरुरी छ ।

कर्म गर्नेले नै कर्मसन्यास गर्न सक्छन् । यदि कर्म नै नगरी सन्यास गऱ्यो भने कर्मसन्यासी हुन सक्दैन । कर्म नै नगरेपछि के को कर्मसन्यास ? त्यसैले गीतामा भनिएको छ कर्म विनाको सन्यास दुष्कर हुन्छ । उदाहरणका लागि कर्म गर्ने व्यक्तिलाई दान दिदाको आनन्द थाहा हुन्छ । यज्ञ गर्दाको आनन्द थाहा हुन्छ । यदि कर्म नगरी सन्यास लिएको व्यक्तिलाई दान दिदा र यज्ञ गर्दाको शान्ति र आनन्द प्राप्त हुँदैन । किनकि उनीहरुलाई दान दिदाको अनभव नै हुदैन् । दान दिनु भनेको चित्त शुद्ध गर्नु हो । दानबाट मन शुद्ध हुन्छ । चित्त शुद्ध वा निर्मल भएपछि आध्यात्मिक उर्जा प्राप्त हुन्छ । तसर्थ श्रीकृष्णले अर्जुनलाई कर्म गरेर कर्मसन्यास लिन उपदेश दिनु भएको होला । यज्ञ गर्दा आफूमा भएको घमण्ड, दम वा इगो नष्ट हुन्छ । मनमा शान्तिले बास गर्छ । घमण्ड भएको मनमा शान्ति आउदैन । शान्ति नभएपछि आनन्दको त के कुरा ? तसर्थ कर्म र सांख्य योग गरेपछि मनमा गढेका अपवित्रता, विकृति र विसंगतिहरु सबै जलेर नष्ट हुन्छन् ।

कर्म नै नगरिकन सन्यास धारणा गर्नुपर्छ भन्नेहरुको मत हुन सक्छ । मनमा फोहोर नभएकोले उसले सफा गर्नु पर्दैन । अथवा कर्म नै नगरेको व्यक्तिमा अपवित्रता हुँदै हुँदैन । विसंगति हुँदै हुँदैन । तसर्थ कर्म नगरी सन्यास लिनु श्रेयश्कर हुन्छ । यो तर्कमा पनि केही बल त छ, तर कर्म नै नगरी सन्यास लिनु राम्रो होइन । मानिसले असल वा खराब कर्म पूर्वजुनीमा गरेको हुन्छ । त्यो पूर्व जन्मबाटै उसले संस्कारको रुपमा पूर्व जन्ममा गरेका कर्महरु लिएर जन्मेको हुन्छ । उसले यो जन्ममा कर्म गरेको छैन । त्यसैले कर्मबन्धनबाट मुक्त छ भन्न मिल्दैन । चित्त शुद्ध बनाउन मानिसले यो जुनीमा कर्म गर्नुपर्छ साथ साथै ध्यान, योग आदि पनि गर्नुपर्छ । अपवित्रतालाई मनबाट निर्मूल गर्न मानिसले ध्यान र योग गर्नु नै पर्छ । जब ध्यान र योगले मन र शरीर निर्मल हुन्छ त्यसपछि मात्र मानिस मुक्तिको मार्गमा लाग्न सक्छ ।

अन्तिम पटक पुन भगवत गीता पढ्दा लाग्यो फलाशक्ति नलिने, निष्काम कर्म गर्ने र कर्म सन्यास लिने वैदिक सनातन धर्ममा चार अवस्थाको व्याख्या र विश्लेषण छ । त्यो नै बढी व्यावहारिक छ । हुन त आंशिक रुपमा कर्मसन्यास त हामी सबै दिन वा वर्षमा गरिरहेकै हुन्छौं । काम गरेर थाकेपछि विश्राम लिन्छौं । दिनभरी कर्म गरेपछि रातभरी कर्मसन्यास गर्छौं । तीन चार महिना कर्म गरेपछि, एक महिना कर्मसन्यासी हुन्छौं । १० दिन अथवा १ महिनाको ध्यानको कोर्ष लिन्छौं । ती सबै कर्मसन्यासकै अभ्यास हुन् । तर त्यस्तामा अस्थाई रुपमा मात्र कर्म सन्यास गरिरहेका हुन्छौं र पुन : कर्ममा फर्कन्छौं । यसरी हेर्दा कर्मलाई अस्थाई कर्म सन्यासले सहयोग नै पुऱ्याइरहेको हुन्छ।

तर यसरी मात्र बुझ्ने प्रयास गरियो भने पुनः गल्ती हुन जान्छ। किनकि हामी कर्ममा बढी र कर्मसन्यासमा कम समय लगानी गरिरहेका हुन्छौं । त्यसपछि कर्मयोग अझ बढी झाँगिएर आउछ तर सन्यास स्वभावैले कम हुन जान्छ । जब सन्यास कम हुन्छ तव मनमा अपवित्रता बढ्छ । समाजमा अपवित्रता बढ्छ र विश्वमै अपवित्रता बढ्छ । यसबाट फेरि पनि दुःख पाउने हामी सबै मानिसहरु नै हौं । तसर्थ जसले कर्म र सांख्य अथवा कर्मसन्यासबीच सन्तुलन कायम गर्छ ऊ सुखी हुन्छ र आनन्द प्राप्त गर्छ । कर्मयोग भित्रको कर्मसन्यास भनेको यही हो जहाँ कर्म सँगसँगै कर्म सन्यास पनि गरिरहेको हुन्छ । मैले भगवत गीता अध्ययन गर्दा पछिल्लो पटक बुझेको कुरा यही हो ।

कर्म सन्यासभित्र पनि कर्मयोग छ । कर्मसन्यास लिएका महानुभावहरु पनि आध्यात्मिक तथा सामाजिक क्रियाकलापहरुमा सहभागी बन्नु हुन्छ । कर्मसंन्यास लिनु भनेको काम्यक कर्मबाट मात्र संन्यास लिने हो । आध्यात्मिक एवं धार्मिक प्रबचन दिनु आध्यात्मिक ध्यान शिविर सञ्चालन गर्नु, दान लिनु, परमेश्वरको भक्तिमा तल्लिन रहनु, अपाङ्ग, अनाथहरुको सेवा जस्ता परोपकारी कर्महरु गर्नु, सबै कर्मसन्यास भित्रका कर्महरु नै हुन् । मानिसले कर्मसन्यास गरे पनि उसले कर्म नै गरिरहेको हुन्छ । ती कर्मसन्यास भित्रकै कर्महरु हुन् । तसर्थ कर्म र सांख्य फरक फरक हुन् भन्नु केबल अल्पज्ञानको परिचायक मात्रै हो । म कर्मयोगी छु । सन्यासी होइन भन्नु , म कर्म सन्यासी छु । म संसारिक कर्मबन्धनबाट मुक्त छु भन्नु पनि अल्पज्ञानकै परिचय हो ।

कर्मबन्धनबाट मुक्त हुनु भनेको कर्म नगर्नु भनेको होइन, फलको कामना गर्नु वा फल सहित सम्पूर्ण कुरा परमेश्वरमै समर्पण गर्नु हो । त्यसो भयो भने कर्मसन्यास नगरे पनि सन्यासकै श्रेणीमा दरिन पुगिन्छ ।

सन्यास भित्रको कर्मयोगी राजा जनक हुन् । जसले सिद्धि प्राप्त गरेपछि पनि राजकाज चलाउँदै रहे तर उनमा फलाशक्ति शुन्य थियो । उनी प्रजापालनका निमित्त कर्म गर्दथे । उनले जगतलाई पनि आत्मा कै स्वरुप देखे । त्यसले जगतको सेवा गर्नु पनि आत्माको सेवा गर्नु हो । उनले प्रजाको सेवामा पनि ईश्वरको सेवा देखे । सबै कर्मफल ईश्वरमा समर्पण गरेर उनले सिद्धि प्राप्त गरेपछि पनि कर्म नै गरिरहे । फरक यति थियो सिद्धि प्राप्त भएपछिको राजकाज परमेश्वरको सेवा सम्झी परमेश्वरमै फल समर्पण गरी आफू कर्मबन्धनबाट मुक्त भई शासन गरे ।

"श्रोतादीनिन्द्रियाण्यन्ये संयमाग्निषु जुह्वति ।
शब्दादीन्विषयानन्य इन्द्रियाग्निषु जुह्वति ४।२६ ॥
कोही संयम आगोमा सारा इन्द्रिय होम्दछन्
कोही इन्द्रिय आगोमा सारा विषय होम्दछन् ॥ ४।२६ ॥

पहिलो पटक भगवत गीताको अध्ययन गर्दा सामान्य व्यक्तिहरुमा विषय चाहानाहरु नदीमा छाल जस्तै आइरहेका हुन्छन् । तिनीहरुलाई संयमताका साथ नियन्त्रण गर्नुपर्छ भन्ने बुझें । गृहस्थ अवस्थामा विषयगत चाहाना नहुनु भनेको कर्मयोगबाट विमुख हुनु हो । राजा ययातिले सयौं वर्षसम्म विषयगत भोग गरे, विलासी जीवन बिताए, उनमा यौन आशक्ति बढ्दै गयो, लोभ र मोह पनि बढ्दै गयो । इन्द्रियजन्य चाहानालाई उनले परिपूर्ति गरिरहे । आफ्नो उमेरले नपुगेर अरुको उमेर पनि सापटी लिई उपभोग गरे तर पनि उनका चाहानाहरु पूर्ण रुपमा परिपूर्ति गर्न सकेनन् । किनकि चाहानाहरु अनियन्त्रित घोडा जस्तै हुन् जुन झन् झन् अनियन्त्रित बन्दै जान्छन् । यसबाट कहिल्यै पूर्ण सन्तुष्टि र आनन्द प्राप्त हुँदैन । तसर्थ विषयलाई संयमताको लगाम लगाउनु पर्छ । विषयगत चाहानाहरुकै कारण आशक्ति बढ्छ, चाहाना पूर्ति नभएपछि त्यही मोह क्रोधमा रुपान्तरण हुन्छ । तसर्थ विषयगत चाहानाहरुलाई संयमताको आगोमा डढाउनु पर्छ अथवा विषयहरुलाई संयमताको अग्निमा होम गर्नुपर्छ । सारांशमा आशक्ति/चाहानाहरुलाई

संयमद्वारा नष्ट गरिदिनुपर्छ । मानिसमा भोग विलासको चाहानाले गर्दा नै यौनजन्य रोग र एच.आइ.भी. समस्या भयाभह हुन गयो । धनमा आशक्ति बढेर गएपछि मानिस अन्धोमा रुपान्तरण हुँदै गयो । धनमा मानिसको आशक्ति बढे पछि नाता कुटुम्ब, प्रेम, सम्बन्ध, मित्रता सबै विक्रि गरी धन कमाउन नै लाग्छ । धनको विषय त मृगतृष्णा नै बन्न पुग्छ ।

कृर्ति वा सुवासको चाहाना त झनै खराब हुन्छ । मानिसमा रहेको धनको चाहानालाई संयमताको आगोमा डढाउन ज्यादै कठिन हुन्छ । कर्मसन्यास लिएका साधु, सन्त र सन्यासीहरु पनि यी दुई विषयलाई अग्निमा होम गर्न सकिरहेका हुँदैनन् । सुवास वा कीर्तिको चाहानाले उनीहरुलाई सताइरहेको हुन्छ । म मठाधिस, म मण्डलेश्वर, म महामण्डलेश्वर, म प्रमुख भिक्षु । मैले यस्तो राम्रो कर्म गरेँ । यति जनालाई दिक्षान्त गराए । मेरा शिष्य यति छन् । मैले त अन्तराष्ट्रिय आध्यात्मिक स्कूल चलाएको छु । मेरो कीर्ति र सुवास भारतबर्ष भरी फैलिएको छ । मेरो नाम, धन, र मेरो कीर्ति को सुवास फैलि रहोस् आदि आदि ।

कर्मसन्यास धारण गरेका व्यक्तिमा पनि यौन चाहाना हुन्छ नै । त्यसलाई संयमित अग्निमा डढाउन नसकेर धेरै धर्मगुरु, धर्मप्रचारक र प्रचारिका यौन काण्डमा मुछिएको समाचार हामी सबैले सुनेको विषय हो । यौनको चाहानालाई संयमित रुप अग्निमा होम गर्नुपर्छ भन्ने गीताको सन्देश शाश्वत छ । कीर्ति र सुवासको चाहानालाई कर्मसन्यास लिएका व्यक्तिहरुले संयमित अग्निमा होम गर्नुपर्छ । नत्र त्यो आध्यात्मिक रजोगुणमा परिणत हुन्छ । त्यस्तो रजोगुण गृहस्थावस्थाको रजोगुण भन्दा अझ बढी हानीकारक हुन्छ ।

दोस्रो चरणको अध्ययनमा यही श्लोक/पंक्तिलाई पुनः दोहोऱ्याई तेहऱ्याई पढेँ । सायद बोधगम्य कम भएर हो वा ग्रहणशील क्षमता कमजोर भएर हो । चाहानालाई संयमको लगाम लगाउनु भन्दा चाहानालाई पलाउन नै नदिनु श्रेयष्कर हुन्छ जस्तो लाग्यो । विषयको चाहाना नै नभएपछि *नरहे बाँस, नबजे बाँसुरी* भने जस्तै चाहानालाई पलाउन नदिनु नै सबैभन्दा उत्तम विकल्प हो । मानिसमा जन्मदेखि मृत्युसम्म चाहाना पलाई रहन्छ । चाहानालाई पलाउन नदिन ध्यानको

साधना जरुरी हुन्छ । ध्यानबाट धेरै हदसम्म चाहानाको अंकुरण कम गर्न सकिन्छ । माथिको अनुच्छेदमा चाहानालाई संयम रुप अग्निमा होम गर्ने सन्देश खास गरिकन गृहस्थी अवस्थामा रहेका व्यक्तिहरुका लागि बढी उपयोगी हुन्छ । गृहस्थी अवस्थामा चाहाना नै नपलाउने हो भने वैराग्य विना केही हुँदैन । चाहाना अनियन्त्रित भयो भने माथि वर्णन गरिएको समस्या थप हुने गर्दछ । तसर्थ विषय वासनालाई संयमित अग्निमा होम गर्नु बढी उपयोगी हुन आउँछ । त्यस्तै कर्मसन्यास लिएका अथवा सन्यासी अवस्थामा चाहानाहरुको उत्पादन नै नहुनु राम्रो हो । यसको लागि ध्यान, ज्ञान र दान तीनवटा पारमिताहरुको साधनाले चाहाना पलाउन दिदैन अथवा ती चाहानाहरु इन्द्रिय भित्र पस्न सक्दैनन्, पसि हाले पनि भष्म हुन पुग्छन् । तसर्थ इन्द्रियजन्य चाहानाहरुलाई संयमरुपी अग्निमा होम गर्नु अथवा विषय चाहानाहरुलाई इन्द्रिय रुप अग्निमा होम गर्नु दुवै मानव हितमा छ ।

भगवत गीताले मध्यम मार्ग अपनाएको छ । प्रथम चरणमा चाहानाको उत्पादन अथवा चाहाना पलाउँदै नपलाउने गरी भष्म गर भनेर सन्देश दिएको भए त्यो व्यावहारिक हुने थिएन । मानिस कर्मयोगी बन्ने थिएनन् । गीताले मानिसलाई कर्मयोगी बनाउनका लागि पहिला विषय वासनालाई संयमको अग्निमा होम गर्न, विषय चाहानालाई नियन्त्रण गर्न संदेश दिनुभएको छ । दोश्रो चरणमा चाहानालाई पलाउन नदिन अथवा चाहानालाई इन्द्रियभित्रै भष्म गर्न सन्देश दिइएको छ ।

तेस्रो चरणमा भगवत गीताको अध्ययन गर्दा छुट्टै ज्ञान प्राप्त भयो । जब व्यक्तिले आफ्नो मन, परमब्रह्ममा लगायो भने उसमा कामवासना र विषयभोगको चाहाना आफै कम भएर जान्छ । त्यस्ता वासना र कामनालाई इन्द्रियरुपी अग्निमा होम गर्ने नभएर मनमा पलाउने हुदा र मनमा नै भष्म गर्नु हो । मनबाटै चाहाना ननिस्कने हो भने उ कर्मबन्धनमा पर्दैन । मन परमबह्ममा लगाउनाले मनले विचरण गर्ने वा बरालिने समय नै पाउदैन । मनले मैलिने मौका नै पाउँदैन । त्यसपछि विषय वा चाहाना उत्पन्न नै हुँदैन । तसर्थ, योग, ध्यान र भक्तिलाई समन्वय गर्न सक्यो भने विषयभोगका चाहाना उत्पन्न हुँदैन । विषयभोगका चाहानाहरुलाई ब्रह्माग्निमा होम गर्न ध्यान, योग र भक्ति बीच समन्वयात्मक ढंगले अगाडि बढाउनुपर्छ ।

अध्याय ८

सिद्धि र असिद्धिं

योगस्थ कुरु कर्माणि सङ्गं त्यक्त्वा धनन्जय
सिद्धयसिद्धयो समो भुत्वा समत्वं योग उच्यते ॥ २।४८

पहिलो चोटी भगवत गीताको अध्ययन गर्दा मलाई लाग्यो मानिस कामना साथ कर्म गर्दछ तब ऊ कर्मफलको बन्धनमा बाँधिन्छ । भौतिक संसारमा उद्देश्य विना कर्म हुँदैन । उद्देश्य सँगै सफलता प्राप्त होस् भनी कर्महरु सम्पादन गर्दै जान्छन् । परीक्षा दिए पछि सफल र असफल त होइन्छ नै । जब सफलताको कामना साथ अथवा सफल हुने उद्देश्य सहित कसैले कर्म गर्दछ भने ऊ कर्मफलमा बाँधिन्छ, अथवा उसमा सफल हुँदा खुशी छाउँछ भने विफल हुँदा दुःखी हुन्छ ।

दोस्रो चरणमा भगवत गीताको अध्ययन गर्दा सांख्यको चश्माले कर्मयोगलाई पढ्ने जमर्को गरेँ । सेवा नै कर्म हो भन्ने हो भने केबल भगवानको सेवा गर्नु नै कर्म हो । जसले सधै भगवानको सेवामै सबै कर्महरु देख्दछ त्यहाँ सिद्धि र असिद्धिको प्रश्न नै आउँदैन । सफल भए पनि उसले परमेश्वरको सेवा गरिरहेको हुन्छ, असफल भए पनि उसले परमेश्वरकै सेवा गरिरहेको हुन्छ । ज्ञान प्राप्त भए पछि पनि ऊ परमेश्वरको सेवामा लागिरहन्छ । ज्ञान प्राप्त नभए पनि ऊ परमेश्वरकै सेवामा लागि रहन्छ । यस्तो अवस्थामा सफलता र विफलताले कर्ममा कुनै परिवर्तन ल्याउदैन । न त विफल हुँदा दुःखी हुन्छ न त सफल हुँदा खुशी नै । किनकि सफल हुँदा पनि ऊ परमेश्वरको सेवामै तल्लीन रहन्छ विफल भए पनि परमेश्वरकै सेवामा रहन्छ । उसले परमेश्वर बाहेक केही देख्दैन । उसले सफलतालाई पनि असफलताको रुपमा लिन्छ किनभने सफलता प्राप्त भएपछि पनि ऊ निष्काम कर्म गरिरहन्छ । असफलता नै हात लागे पनि उसले सोच्छ कि मैले परमेश्वरको सेवा गर्ने मौका पाएको छु । यस अर्थमा उसले असफलतालाई पनि सफलता नै देखिरहन्छ । जब सफलता भित्र असफलता देख्छ अथवा असफलता भित्र पनि व्यक्तिले सफलता देख्छ ऊ कर्मबन्धनबाट मुक्त हुन्छ ।

नेपालका सन्त नेता कृष्ण प्रसाद भट्टराई गीताको साधक हुनुहुन्थ्यो । आफू प्रधानमन्त्री भएको अवस्थामा पनि सांसदको निर्वाचनमा असफल हुनुभयो तर भन्नुभयो मैले जितेँ किनकि त्यो निर्वाचनमा प्रजातन्त्रको सफल अभ्यास भयो त्यसैले उहाँले हारेर पनि जीत हाँसिल गर्नुभयो । भगवत गीताको साधक भएरै होला उहाँले असिद्धिमा सिद्धि देख्नु भएको थियो । धेरै व्यक्तिहरुले भने भट्टराईले आफै हार्न चाहनुभयो किनकि उहाँको हारले प्रजातन्त्रलाई विजय दिलाएको थियो । व्यक्तिले हार्‍यो तर पद्धतिले जित्यो । मैले देखेको असिद्धिमा सिद्धि देख्ने महापुरुष सन्त नेता कृष्ण प्रसाद भट्टराई हुन् । उहाँ कर्मफलको बन्धनबाट मुक्त हुनुहुन्थ्यो ।

सिद्धिभित्र पनि असिद्धि देख्ने राजा जनक हुन् । उहाँ जन्म, मृत्यु, सुख, दुःखजस्ता कर्मबन्धनबाट मुक्त हुन सक्नुभयो । सिद्धि प्राप्त गर्नुभयो तर पनि आफूले सिद्धि प्राप्त गरेको कहिल्यै सम्भन्तु भएन । बुद्धले र महावीरले जस्तै अरु धेरै महापुरुषले सिद्धि प्राप्त गरेको सन्देश अरुलाई दिनुभयो तर राजा जनक सिद्धिलाई पनि उहाँले असिद्धि देख्नुभयो । तसर्थ प्रजाको सेवा परमेश्वरको सेवा सम्झेर सिद्धि पछि पनि कर्म नै गर्नुभयो ।

तेस्रो चरणको अध्ययनमा मैले भगवत गीतालाई कर्मयोगी चश्मा लगाएर हेर्ने कोसिस गरेँ । कर्मयोगबाटै सिद्धि प्राप्त गरेर राजा जनक राजर्षि कहलाइए । राजा जनक कर्मयोगी त हुँदै हुन् । कर्मसन्यासी पनि हुन् किनकि उनको मनमा परमेश्वर बाहेक केही पनि थिएन उनको हृदयमा दोष, लोभ, मोह रत्तिभर थिएन, त्यसैले उनमा परमेश्वरको बास थियो । तब उनी सन्यासी नभएर के हुन् त ?

सफल व्यक्तिको हातमा अर्को चोटी प्राप्त हुने नतिजा असफलता नै हो । सफल व्यक्ति सधैं सफलतालाई बचाइराख्न असफल भइरहेको हुन्छ । आफ्नो पद, प्रतिष्ठा बचाइराख्न कुकर्महरु गर्नु र गरिरहनु सफल भएर पनि असफल हुनु हो । त्यस्तै कुकर्महरु गरेर सफलता प्राप्त गर्नु असफलता नै हो । अमूक पद, प्रतिष्ठा र कृति राख्नकै लागि कुकर्महरु गर्नुभन्दा पद, प्रतिष्ठा गुमाउनु राम्रो भन्नेहरु असफल भएर पनि सफल हुनु हो । यो चरणको भगवत् गीता अध्ययनमा असिद्धिमा सिद्धि देख्नु भनेको कर्मयोगी भएर पनि कर्मसन्यासी हुनु हो भन्ने बुझें ।

कुनै अमुक राजाले प्रजाको भलाईका लागि राजगद्दी छोड्नु असिद्धि भित्रको सिद्धि हो । महाभारतमा कर्णले असिद्धि प्राप्त गरे पनि उनले सिद्धि नै प्राप्त गरेको ठहर्छ । कारण कर्मयोगी कर्णले जित्दा न त राज्य पाउँथे न त हार्दा उनको राज्य जान्थ्यो तर पनि उनी कर्म गर्दैरहे । बालकृष्ण समले भनेका छन् पतिभक्ति त मर्दैन पापी पति भए पनि । देशभक्ति त मर्दैन चुत्थै देश भए पनि । दुर्योधन जस्तो व्यक्तिको सेवा गरेपनि त्यो सेवा मर्दैन । कर्णले हारेर पनि जीत हासिल गरेका छन् । त्यहाँ असिद्धि भित्र पनि सिद्धि थियो । रामायणमा हनुमान यस्तो पात्र हुन् जसमा कुनै कामना छैन । राम स्वयं विष्णु भए पनि उनमा कामना थियो । त्यसैले सर्पबन्धनमा पर्नुपर्‍यो । गरुड आएर सर्पलाई काटेर श्रीरामलाई सर्प बन्धनबाट मुक्त गरे । यहाँ सर्प भनेको नाग होइन । दोष, लोभ र मोहको प्रतिक हो । कर्मबन्धनको प्रतिक हो । तसर्थ कर्मबन्धनबाट मुक्त गर्न गरुड आउनु भनेको आध्यात्मिक ज्ञान आउनु हो । गरुड, काक भुसुन्डी सबै आध्यात्मिक ज्ञानका प्रतीक हुन् । ध्यान दिएर पढौं हनुमान कर्मबन्धनबाट मुक्त थिए । उनको हृदयमा द्धेष, लोभ, मोह कतै थिएन । उनको हृदयमा परमेश्वर (श्रीराम) मात्र विराजमान हुनुहुन्थ्यो । उनी कर्मयोगी हुँदा हुँदै पनि कर्मसन्यासी हुन् । उनमा न कुनै स्वार्थ थियो न कुनै कामना, थियो त केवल भगवानको सेवा गर्ने एउटै चाहाना । उनी सिद्धिपुरुष हुन्, उनले कहिल्यै हार स्वीकार्नु परेन । तर पनि उनी त्यो सिद्धिलाई असिद्धि देख्थे किनकि उनीले सिद्धि पछि पनि कर्म गर्न छोडेनन् । आध्यात्मिक दृष्टिकोणले विश्लेषण गर्दा लाग्यो राम भन्दा पनि हनुमान सिद्धिपुरुष हुन् ।

श्रीराम सिद्धि प्राप्त गरेको पुरुष भएपनि असिद्धिमा परे किनकि उनले जन्म, मृत्यु, सुख, दुःख आदि व्यहोर्न पुनः कृष्णरुप धारण गरेर मर्त्यलोकमा आउनु पर्‍यो । मेरो उद्देश्य रामलाई श्रद्धा नगर्नु होइन बरु सिद्धि पछि पनि असिद्धि हात लाग्छ भन्ने देखाउनु नै हो । राममा मैले सिद्धिमा पनि असिद्धि देखे । हनुमानमा असिद्धिमा पनि सिद्धि देखेँ । कारण, उनको हृदयमा भगवान श्रीराम भन्दा अरु केही पनि थिएन । उनी कर्मयोगी हुँदा हुँदे पनि कर्म सन्यासी पनि हुन् ।

चौथो चरणमा गीता अध्ययन गर्दा भगवत गीतालाई मैले ध्यान योगको चश्माबाट हेर्ने प्रयास गरे । समाधिमा रही ध्यानमा भिजे पछि

व्यक्तिमा थोरै समयका लागि भएपनि सिद्धि प्राप्त हुन्छ । द्धेष, लोभ र मोहबाट मुक्त छैन, फेरी उ यो भौतिक संसारमा फर्कन्छ । उसलाई द्धेष, लोभ र मोहले पुन सताउछ । अर्थात असिद्धि तिर उन्मुख हुन्छ । मानिसमा जतिखेर लोभ, मोह र द्धेष बाट ऊ मुक्त हुन्छ, कुनै भगवान विशेष वा शुन्यतामा मन बस्छ, उसले क्षणिक रुपमा मुक्ति नै प्राप्त गर्छ । यस्तो सिद्धि अवस्थालाई जसले दिगो बनाइराख्न सक्छ उसले स्थायी सिद्धि प्राप्त गर्छ । जसले क्षणिक सिद्धि प्राप्त गर्छ ऊ फेरी कर्मबन्धनमा बाँधिन पुग्छ अथवा असिद्धि प्राप्त गर्छ । मानव जीवनमा कैयौँलैं क्षणिक सिद्धि प्राप्त गर्छन्, क्षणिक शान्ति र आनन्द प्राप्त गर्छन् र पुन कर्मबन्धनमा बाँधिन पुग्छन् । यस्तो अवस्थामा त्यो क्षणिक सिद्धिमा असिद्धि देखिन्छ । सिद्धि प्राप्त व्यक्तिहरु पनि लामो समयसम्म कर्मबन्धनबाट मुक्त हुन सक्दैनन् । आवश्यकता परेपछि पुनः जन्म, मृत्यु, दुःख, सुख आदिको बन्धनमा बाँधिन्छन् ।

पाँचौ चरणमा भगवत गीताको यही श्लोकको अध्ययन गर्दा बोध भयो कि सिद्धि र असिद्धिमा समभाव राख्नु अथवा सिद्धि र असिद्धिमा भेदभाव नगर्नु नै सिद्धिमा असिद्धि देख्नु र असिद्धिमा सिद्धि देख्नु हो । जब मानिसले सफलतालाई असफलता देख्छ, ऊ खुशी हुन सक्दैन । त्यस्तै जब असफलतामा सफलता देख्छ तब ऊ दुःखी हुन पनि सक्दैन । जब व्यक्ति सफलतामा खुशी र असफलतामा दुःखी हुँदैन तब उसमा समभाव आउँछ । सिद्धि र असिद्धिमा फरक देख्न छोड्छ । त्यो भनेको पनि सजिलो रुपमा बुझ्दा कर्मबन्धनबाट मुक्त हुनु हो । सूर्य भगवानलाई संसारभर आराधना गर्छन् किनकि सूर्यले पापी र धर्मी दुवैलाई समान रुपमा प्रकाश र ताप प्रदान गर्दछ । अथवा समभाव राख्छ । सूर्यले पाप र पुण्य बीच फरक देख्दैन । त्यस्तै बोधीसत्व प्राप्त गरेका अथवा ज्ञान प्राप्त गरेका महापुरुषले सिद्धि र असिद्धिमा फरक देख्दैन । चाहे सिद्धि होस् चाहे असिद्धि दुवै अवस्थामा उसले कर्म गरेकै हुन्छ ।

अध्याय ९

विषम र समभाव

जीतात्मनः प्रशान्तस्य परमात्मा समाहितः ।
शीतोष्णसुखदुःखेषु तथा मानापमानयोः ॥ ६।७

व्यक्तिमा यो आफ्नो, त्यो पराई, यो नजिकको, त्यो टाढाको, यो राम्रो, त्यो नराम्रो, यो मीठो त्यो नमिठो आदि विषम भावका कारण हुन्छ । यो भौतिक संसार चलेकै विषम दृष्टिकोण, विषम विचार र विषम व्यवहारले हो । यो साधु,त्यो चोर । साधुप्रति असल व्यवहार र चोरप्रति नराम्रो व्यवहार । छोराप्रति राम्रो व्यवहार तर बुहारीप्रति नराम्रो व्यवहार । किनकि छोरा आफ्नो हो र बुहारी पराईको ।

जबसम्म विषम भाव हाम्रो मनमा रहन्छ तबसम्म मानिसमा बुद्धि पलाएको हुँदैन । अझ ठूलो विषम दृष्टिकोण धर्म र सम्प्रदायहरु बीच पाइन्छ । यो सुन्दरसाथ, त्यो दुनियाँ हो, यो दीक्षित "ओमशान्ति" त्यो चाही अदीक्षित । यो कण्ठी लगाएको, त्यो चाही नलगाएको । यो कालो अनि त्यो गोरो । यो बाहुन अनि त्यो चाही जनजाति । हामी उच्च जातका अनि उनीहरु चाही अछुत । यही विषम भावनाले, दृष्टिकोणले दुःख निम्त्याउँछ । जब हामीमा विषम भावना आउछ तब मनमा विषम दृष्टिकोण बन्छ । जब विषम दृष्टिकोण बन्छ तब स्वतः हाम्रा व्यवहारमा भेदभाव आउछ । तसर्थ यो विषम भावनालाई हटाउन जरुरी छ ।

त्यस्तै ठण्डी र गर्मी विषम भावना हुन् । ठण्डी नआई गर्मी पलाउदैन, गर्मी बढ्दैन । कुनै पनि गर्मी जाडोको तुलनामा अनुभव गर्ने कुरा हो । त्यस्तै जाडो पनि गर्मीको तुलनामा अनुभव गर्ने कुरा हो । तसर्थ गर्मी विना जाडोको अनुभव हुदैन र जाडो विना गर्मीको पनि अनुभव हुदैन । जब हामी गर्मी राम्रो, जाडो नराम्रो, अथवा जाडो राम्रो, गर्मी नराम्रो भनेर विषम भावना राख्छौं यसले भेदभाव बढाउन मद्दत

गर्छ । योगमग्न र ध्यानमग्न व्यक्तिको लागि जाडो र गर्मीले कुनै फरक पार्दैन किनकि उनीहरुमा जाडो र गर्मीप्रति विषम भाव छैन ।

त्यस्तै मानिस सुखमा खुशी हुने र दुःखमा दुखित हुने गर्दछ । सुख आइरहोस् भन्ने कामना हुन्छ भने दुःख नआओस् भन्ने कामना गर्छौ । दुख र सुखबीच विषम भाव राख्छौं ।

दुःख र सुख एउटा सिक्काका दुई भागहरु हुन् । जब हामी सुखको कामना गर्छौ भने दुःख स्वतः आउछ । दुःखबाट बच्ने हो भने सुखको कामना गर्नु हुँदैन । दुःख र सुखलाई समभावले हेर्ने, विवेचना गर्ने र व्यवहार गर्ने गर्नुपर्छ । हरेक सुख दुःखको कारक तत्व हो त्यस्तै हरेक दुःख सुखको कारक तत्व हो । वास्तवमा दुःख र सुख भनेको केबल भ्रम मात्र हो । यो अनुभव गर्ने कुरा मात्र हो । मैलै गर्मीमा ठेलागाडा तान्ने व्यक्तिलाई सोधेँ । तपाईलाई कस्तो छ ? उहाँले उत्तर दिनुभयो प्रभुको आशिर्वादले सबै राम्रो छ,। सुखै छ । ठेला चलाउँछु । आएको पैसाले सुख दुःखले परिवार चलेकै छ । उहाँ गर्मीमा ठेलागाडा चलाउदा पनि खुशी नै हुनुहुन्थ्यो । मैले नयां अरवपतिलाई सोधे । तपाईलाई कस्तो छ ? उहाँले दुःख बाहेक केही व्यक्त गर्नु भएन । कर बढेको, बैंकमा व्याजदर बृद्धि भएको, निकासी पैठारी कर बढेको, मजदुरको तलब भत्ता बढेको आदि आदि ।

समभाव, समदृष्टिकोण, समव्यवहार नै मैले गीताको पहिलो पटकको अध्ययनमा सिकेको पाठ हो । पहिलो पटकको अध्ययनमा चिसो र तातो, सुन र ढुंगालाई समान देख्ने, पापी र साधुलाई समान देख्ने, शिक्षा प्राप्त गरेँ । तर व्यवहारमा अरुले सुन र पत्थरमा गरेको भेदभाव, पापी र साधुलाई गरेको भेदभाव मेरो मन मस्तिष्क आइरहयो तर आफूले गरेको भेदभाव चाहिँ आफूले देखिन ।

ध्यान र योगपछि दोस्रो पटकको भगवत गीताको अध्ययन गर्दा लाग्यो जब मेरो मनले अर्काले गरेको विषम व्यवहार हेर्नु भन्दा आफुले गरेको विषम व्यवहार हेर्नु राम्रो हो भन्ने महसूस गरेँ । दोस्रो चरणमा मैले आफैले आफुलाई हेर्न थाले । ध्यान र योगपछि मलाई अनुभूति भयो । अरु त परै जाओस् मैले मेरो आफ्नै शरीरका अंग र भागबीच पनि विषम भावना राख्दो रहेनछु । खुट्टाको कम हेरचाह गर्ने, टाउकाको बढी,

अनुहारको बढी हेरचाह गर्ने तर भुडीको कम । मेरो आफ्नै शरीरका अंगप्रति त विषम भाव रहेछ भने अरुप्रति कति हो कति । कान्छो छोराले भन्यो तपाई जेठालाई बढी र मलाई कम माया गर्नुहुन्छ । छोरी र छोराबीचको विषम भाव छोडौं । छोरा बीच नै समभाव रहेन । जब ध्यानमा बसेँ । अनि मात्र मेरा यी व्यवहारहरु झल्झली आइरहे ।

मैले अरु प्रति गरेका विषम भाव त कति हो कति ? तब विस्तारै समभाव राख्ने कोसिस गरेँ । पहिला आफ्नै शरीरका अंगबीचमा समभाव राख्ने, त्यसपछि परिवार अनि अरु माथि समभाव राख्न सुरु गरेँ । तरपनि अहिले सम्म सुन र ढुङ्गाबीच, मित्र र वैरीबीच समभाव राख्न चाही सकेको छैन । भावनामा परिवर्तन चाहिँ पक्कै भएको छ ।

तेस्रो पटकको अध्ययनमा मैले ब्रह्मसूत्र पढे पछि भगवत गीता पढेँ । जब मानिसमा मोह बढ्दै जान्छ कामना बढ्दै जान्छ । कामनाको माग बमोजिम आपूर्ति पनि हुँदै जादा सम्म ठीकै छ, तर जब कामना बढ्छ तर आपूर्ति बढ्दैन तब त्यही मित्र वैरीमा परिणत हुन्छ । लोभ र मोहकै कारण सुन र अरु धातुका बीच विषम भावना आएको हो । यदि अल्मुनियमको मूल्य सुनको भन्दा बढी भएको भए मोह अल्मुनियमप्रति नै हुन्थ्यो होला । सुनप्रति हुँदैन्थ्यो । लोभ र मोह वस्तु वा सम्बन्धप्रतिको मूल्यले निर्धारण गर्दो रहेछ । जब व्यक्ति मूल्यबाट स्वतन्त्र हुन्छ तब उसले सुन र अल्मुनियम प्रति समभाव राख्छ । लोभ, मोह द्वेषकै कारण विषम भावना पैदा हुन्छ । तसर्थ बुद्धिमान हुनु भनेकै लोभ, मोह र द्वेषबाट टाढा रहनु हो । क्यारेम बोर्ड खेल्दा रातो गोटीको २०, सेतोको १० र कालोको ५ मूल्य कायम गर्छौं । अनि काला र गोरा व्यक्तिबीचमा विभेद गर्नु हुँदैन भन्छौ । भन्छौँ राष्ट्रपति र जनतामा विभेद गर्नु हुँदैन । समभाव राख्नु भनेको मूल्यबाट स्वतन्त्र (value free) हुनु हो । मूल्यबाट स्वतन्त्र हुनु भनेको लोभ, मोह र द्वेषबाट अलग हुनु हो ।

पुनः चोथो पटक मैले भगवत गीताको अध्ययन गर्दा सबै वस्तु र अवस्तु श्री कृष्णबाट सृजना भएका हुन् । गाई र भैसी दुवै कृष्णबाटै सृजना भएका हुन् । दुवैमा भगवान कृष्ण विराजमान हुनुहुन्छ । जब गाई र भैसी दुवै भगवानबाटै सृजना भएका हुन् भने यी दुवैको मूल्य समान छ । दुवैलाई समान मान्ने हो भने फरक शून्य हुन पुग्छ । विभेद शून्य

हुन पुग्छ । विषम शून्य हुन पुग्छ अथवा समभाव हुन्छ । समभाव हुनलाई आत्मा र परमात्मालाई चिन्न सक्नुपर्ने रहेछ। वैरीको पनि आत्मा छ । मित्रको पनि आत्मा छ । पापीको पनि आत्मा छ र साधुको पनि आत्मा छ। यी सबै आत्माहरु परमात्माबाट निर्देशित र नियन्त्रित हुन्छन् अथवा आत्मा परमात्माकै अंश हुन् । तब मित्र र वैरी बीच, पापी र साधुबीच, चण्डाल र ब्राम्हणबीच, अपढ र विज्ञबीच अन्तर छैन । मन श्रीकृष्णमा लगाउनाले अथवा मनलाई एकाग्र गरी सबै कर्मफल श्रीकृष्णमा समर्पण गर्ने हो भने मानिस मूल्य स्वतन्त्र हुन्छ। जब मानिस स्वतन्त्र हुन्छ उसको लागि सफलता र विफलताको आभाष हुँदैन । गाई पवित्र र भैसी राक्षस हुँदैन । मित्र र वैरी पनि हुँदैन । साधु र चोर पनि हुँदैन । त्यो हुनु भनेको श्रीकृष्णमा एकाकार हुनु हो । कृष्णको नजिक पुग्नु हो । कृष्ण तत्व सत्य, बाँकी झुठा हो किनकि मित्र बदलिएर वैरी र वैरी बदलिएर मित्र बन्छ। साधु बदलिएर चोर र चोर बदलिएर साधु बन्छ । मान बदलिएर अपमान र अपमान बदलिएर मानमा परिवर्तन हुन्छ। केही साधु भए पनि व्यभिचारी छन्। कुनै निर्दोष व्यक्ति चोरको अभियोगमा जेल जीवन बिताइरहेका छन् । चोरी गरेकै भएपनि केही समय पछि साधुमा सद्भावना आउँछ र साधु बन्छ । रत्नाकर र अंगुलीमाल जस्ता कूर डाकु र हत्यारा क्रमशः ऋषि र अरिहन्त हुनुभयो । तसर्थ विषम भावना राख्नु नै दुःखलाई निम्त्याउनु हो। क्रूर व्यक्तिमाथि दयालु भावना राख्नु समभावको एउटा उदाहरण हो । समभाव यस्तो अदृश्य शक्ति हो जसले क्रूर लाई दयालु, चोरलाई साधु र वैरीलाई मित्रमा परिवर्तन गरिदिन्छ। वास्तवमा मित्र र वैरी, साधु र चोर, मान र अपमान, सुख र दुःख, सफलता र विफलता भन्ने कुनै मानांक छैन । यो व्यक्तिको अनुभूति मात्र हो। त्यो कुनै व्यक्ति विशेषमा नभएर हाम्रो आफ्नै मनभित्रका रहेका विष हुन् ।

पाँचौ पटक भगवत गीताको अध्ययन गर्दा क्रुरता र दयालु, प्रतिशोध र क्षमा, मित्र र वैरी, साधु र पापी सबै बाहिरी संसारमा नभएर आफ्नै मनभित्र रहेको पाएँ । जब लोभ बढ्छ मनमा पाप पनि बढ्छ । जब लोभ घट्छ पुण्य बढ्छ । जब द्वेष बढ्छ । क्रूरता हाम्रो मनमा जाग्छ, अनि हाम्रा इन्द्रियहरु आफ्नो नियन्त्रण भन्दा बाहिर जान्छन् । जब क्रोध घट्छ क्रमश दया र प्रेम पुन मौलाउन थाल्छ। मोह जब मनमा

बढ्छ, आशक्ति पनि बढ्छ, हामी पापी कर्म गर्न पुग्छौं । तसर्थ कुनै व्यक्ति क्रूर , कुनै दयालु, कुनै पापी, कुनै पुण्य कर्म गर्ने व्यक्ति होइन । त्यो अस्थाई स्वभाव मात्र हो । माथि नै भनिए जस्तै मन चलिरहने भएकाले मनबाट लोभ, मोह, द्वेष कम गर्न सकियो भने हामी दयालु, प्रेमी, पुण्य कर्म गर्ने व्यक्ति हुन्छौं । यदि लोभ, मोह र द्वेष बढ्दै गयो भने लोभी, पापी, असहिष्णु, छुस्किया र डाइलो बन्न जान्छौं । त्यसैले पाप बाहिरी संसारमा हैन मनभित्र लुकेर बसेको हुन्छ । क्रोध बाहिरबाट आउने कुरा होइन । यो पनि मनमा नै डेरा जमाएर बसेको हुन्छ । तसर्थ यस्ता अपवित्रता हाम्रो मनबाट पखाल्न वा अपवित्रतालाई भष्म गर्न हृदयमा रहेको अग्नि वा आन्तरिक अग्निमा होम गर्नुपर्छ । पंचाग्नि विधा अथवा ध्यानद्वारा हामी यी अपवित्रताहरुलाई हटाउन सक्छौं । योगद्वारा शरीर, मन र आत्मालाई जोड्न सक्छौं । तसर्थ ध्यान र योग समभाव अभिवृद्धि गर्न अति उपयोगी साधनहरु हुन् । जसले मनलाई सममा राख्यो, समभाव, समदृष्टि, समविचार, समव्यवहार गऱ्यो भने त्यही बुद्धिमान, त्यही योगी, त्यही साधु र त्यही ज्ञानी, त्यही ऋषि, त्यही बह्मज्ञ हुन पुग्दछन् ।

पूर्ण समभाव राख्नु भनेको आत्मासाक्षात्कार हुनु हो किनकि परमेश्वरले सबै प्राणीप्रति समभाव राख्दछन् । चाहे त्यो चोर होस् या साधु । चाहे बाहुन होस् वा चण्डाल । चाहे त्यो लामखुट्टे होस् वा मौरी । सूर्य भगवानले पापी र साधु दुवैलाई समान रुपले ताप प्रदान गर्नुहुन्छ । समान रुपमा प्रकाश प्रदान गर्नुहुन्छ । पापीलाई अन्धकारमा राख्नु हुन्न र साधुलाई पनि चाहिने भन्दा बढी प्रकाश दिनुहुन्न । कारण, कृष्ण तत्वबाटै सूर्य भगवानले कार्य सम्पादन गरिरहनु भएको छ । हामीले सूर्य भगवानको आराधना गर्दा समभाव प्राप्त होस् भनी आराधना किन नगर्ने । आत्मा साक्षात्कार गरेका वा परिनिर्वाण प्राप्त गरेका वा मुक्ति प्राप्त गरेका व्यक्तिमा त्यही सम ईश्वरीय तत्व उहाँहरुको मन र हृदयमा फैलिन्छ । त्यसपछि उहाँहरुको हृदयमा पनि पापी र साधु, मौरी र लामखुट्टे, गाई र श्याल, चण्डाल र बाहुनबीच कुनै भेदभाव हुँदैन । सबैप्रति समभाव हुन्छ किनकि मानव हृदयमा र मनमा ईश्वरीय तत्वले सबै भेदभावका पर्खालहरु भत्काई दिन्छ । हृदयभित्रका पण्डित र गोबर गणेश बीचका पहाडहरु भत्किएर समतल भूमि बन्छ जहाँ सबै प्राणीप्रति समभाव हुन्छ । जनक, बुद्ध, महावीर जस्ता महापुरुष त्यही समभाव भएका प्रतिनिधि पात्रहरु हुन् ।

अध्याय १०

प्राण र अपान

प्राण र अपान दुवै वायु हुन् । यी दुवै वायु एक अर्काका परिपूरक हुन् । उपनिषदहरुमा व्याख्या गरेअनुसार आत्मा भन्नाले 'प्राणमय आत्मा' र 'अन्नमय आत्मा' हो । यसको अर्थ आत्मा भनेको चेतनायुक्त अदृश्य चिज हो । त्यो चेतनायुक्त अदृश्य आत्मालाई जगाई राख्न अथवा प्राणरुपी आत्मालाई शरीरमा राखिरहन प्राणवायुको आवश्यकता पर्छ । त्यस्तै आत्मा अन्नमय पनि हो अर्थात् यो अन्न विना शरीरमा रहन सक्दैन । त्यस्तो अन्नको तेज शरीरमा पुऱ्याउन र शरीरले प्रदुषित बनाएको अपान वायुलाई बाहिर फ्याँक्ने काम स्वचालित रुपमा भइरहेको हुन्छ । त्यो अपान वायु हो । जसले प्राण र अपान बीचको सम्बन्ध बुझ्न सक्छ अथवा प्राणमा अपान र अपानमा प्राण वायु होम्छन् तीनीहरु नै प्राणायामी योगी हुन् । अपान वायु विना प्राण वायुको अस्तित्व हुँदैन । त्यस्तै प्राण वायु विना अपान वायुको पनि अस्तित्व हुँदैन । जसले प्राण र अपान वायुलाई सन्तुलित गर्छ त्यो नै योगी हो । प्राण र अपान वायुबीच सन्तुलन कायम गर्नु भनेको अपान वायु बढी रहेछ भने त्यसलाई प्राण वायुमा हवन गर्ने अथवा प्राण वायु बढी रहेछ भने त्यसलाई अपान वायुमा हवन गर्ने । यी दुवै क्रिया चेतन र अचेतन मन र बुद्धि सँग पनि सम्बन्धित छन् ।

अपाने जुह्वति प्राणं प्राणेSपानं तथापरे ।
प्राणापानगती रुद्ध्वा प्राणायामपरायणाः ॥ ४।२९

दोस्रो पटकको भगवत गीताको अध्ययन गर्दा मैले विज्ञानको चश्मा लगाएर प्राण र अपान वायुलाई अध्ययन गरे । प्राणवायु भनेको अक्सिजन हो । अक्सिजन कम भयो भने हाम्रो चेतनामा असर पुग्छ । त्यस्तो अवस्थामा प्राणवायु बढाउन आवश्यक हुन्छ । त्यस बेला हामी प्राणायाम गरेर अक्सिजनको मात्रा बढाउँछौं । अक्सिजन भनेको नै

प्राणवायु हो । अक्सिजनको मात्रा बढी भयो भने यसले धातु त पगाल्छ भने शरीर र मन पगाल्न के बेर । तसर्थ यस्तो अवस्थामा प्राणवायुलाई अपान वायुमा हवन गर्नुपर्छ । भनेको मतलब नाइट्रोजनले अक्सिजनलाई नरम गराउँछ । अक्सिजन चाहिने मात्रामा भन्दा बढी बृद्धि भयो भने त्यसलाई नाइट्रोजनद्वारा नियन्त्रण गरिन्छ । ध्यानको समयमा अक्सिजनको खपत कम हुन्छ कारण प्राणवायु अपानवायुमा हवन भएको हुन्छ ।

हामी प्राणवायु लिदा अपानवायु नाइट्रोजन पनि लिइरहेका हुन्छौं ।स्वस्थ शरीर राख्न अपानवायुको पनि महत्वपूर्ण भूमिका छ । जब शरीरभित्र प्राण र अपानवायुको कमी हुन्छ त्यस अवस्थामा दुवैको गति रोकी अथवा आवागमन रोकी प्राणायाम गरी दुवै वायुलाई समानुपातिक हिसावले अभिवृद्धि गरिन्छ । कुम्मक प्राणायामले दुवै प्राण र अपान वायुलाई समान रुपले वृद्धि गरिदिन्छ ।

अर्को अर्थमा हाम्रो चेतना सँग सँगै शारिरिक शक्ति पनि बढ्छ । प्राणवायुले चेतना बढाउँछ भने अपान वायुले शरीरलाई शक्ति प्रदान गर्दछ । प्राणवायु जति उपयोगी छ अपानवायु पनि त्यत्तिकै उपयोगी छ । जसरी शरीरभित्रको रक्षात्मक प्रणाली चाहिने भन्दा बढी क्रियाशील भयो भने हामीमा अप्ठ्यारो महसुस हुन्छ अथवा एलर्जी हुन्छ । त्यस्तै प्राणवायुको आपूर्ति चाहिने भन्दा बढी भयो भने मानिसमा चाहिने भन्दा बढी चेतनाको विकास हुन्छ, त्यो पनि हानीकारक हुन्छ । व्यक्तिले आहारालाई नियन्त्रण गरेर पनि प्राण र अपान वायुको सन्तुलन कायम गर्छ । अन्नमय आत्मा भनेर चाहिने भन्दा बढी अन्न हाम्रो शरीरलाई दिने हो भने प्राण र अपान वायु बीचमा असन्तुलन हुन जान्छ ।

दोस्रो पटक पुनः भगवत गीताको त्यही ४।२९ र ४।३० श्लोकलाई अध्ययन गर्दा चेतनायुक्त हुनको लागि नियन्त्रण र सहजीकरण अनिवार्य हुन्छ भन्ने बुझें । स्वास प्रश्वासलाई नियन्त्रण र सहजीकरण गर्नु नै प्राणायाम गर्नु हो । श्वास लिने र फाल्ने कार्य हेर्दा जति सरल छ तर त्यो अभ्यासमा त्यति नै जटील पनि छ । श्वास लिनु भनेको संसारिक वस्तुहरु ग्रहण गर्नु हो । त्यस्ते श्वास फाल्नु भनेको ती संसारिक वस्तुहरुलाई त्याग गर्नु हो । जसरी हामीले खुशीपूर्वक वस्तुहरु ग्रहण गर्दै जान्छौं त्यसैगरी सजिलैसँग ती वस्तुहरुलाई त्यागन पनि सक्नुपर्छ । अर्को

शब्दमा जसरी वस्तुहरुको संग्रह गरिन्छ त्यसरी नै तिनीहरुलाई दान दिन पनि सक्नुपर्छ। प्राणायाम गर्दा जति धेरै हावा फोक्सोमा पठाउँछौं अथवा हामी सास लिन्छौं त्यति नै फ्याँक्न पनि जरुरी छ। जसरी श्वास लिए पछि अर्को श्वास नफ्याकिकन फेरी लिन सकिदैन त्यसै दान नदिई वा नत्यागी पुनः संग्रहको आशा गर्न सकिदैन। श्वास लिनु भनेकै श्वास फ्याँक्नु पनि हो। किनकि श्वास नफ्याकी अर्को श्वास लिन सकिदैन।

यज्ञ गर्नु भनेको त्याग गर्नु हो। अहं वा घमण्डको त्याग गर्नु हो। संग्रहित वस्तुहरुको त्याग गर्नु हो। त्याग विना ज्ञान प्राप्त गर्न सम्भव छैन। त्यसैले यज्ञमा पनि प्राणमा अपान र अपानमा प्राण वायु होम्न जरुरी छ।

अध्याय ११

सत्व, रज र तम

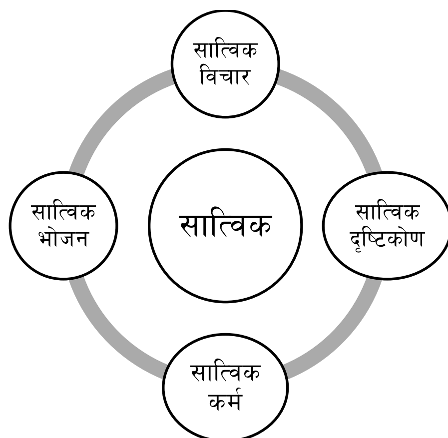
परमेश्वरबाट प्रकृति र पुरुषको सृजना भयो । प्रकृति भनेको पिण्ड हो र पुरुष भनेको उर्जा हो । सपेक्षवादको सिद्धान्त गीतामै रहेछ। $E=mc^2$ अथवा पिण्ड र प्रकाश वर्गबाट उर्जा को उत्पादन हुन्छ । ब्रह्माण्ड सबै यही पिण्ड र प्रकाशको संयोजनबाट चलिरहेको छ । पुरुषतत्व भनेको प्रकाश हो र प्रकृतितत्व भनेको पिण्ड हो । उर्जा तब बढ्छ जब पिण्ड र प्रकाश वर्ग पनि बढ्छ । प्रकृतितत्व हामी भित्र पनि छ विश्व ब्रमाण्डमा पनि छ । हामी भित्रको लोभ, मोह र द्वेष यही प्रकृतिबाटै सृजना भएका गुणहरु हुन् ।

सत्व गुण राम्रो मानिन्छ किनकि यसले प्रेम र ज्ञानको प्रबर्धन गर्छ । रजले लोभ, राग, द्वेष बढाउँछ र तमो गुणले मोह र लोभ बढाउँछ । सारा पूर्वीय दर्शन सत्व, रज र तम गुणमा आधारित छ । भगवत गीता उपनिषदहरुको पनि सार हो । मानिसले खाने भोजनले दृष्टिकोणमा प्रभाव पार्दछ । दृष्टिकोणले विचार र विचारले कर्ममा प्रभाव पार्दछ । सात्विक भोजनले सात्विक दृष्टिकोण बनाउन सहयोग गर्छ । सात्विक दृष्टिकोणबाट सात्विक विचार आउँछ । सात्विक विचारबाट सात्विक कर्म (दान, यज्ञ, ज्ञान) गराउँछ । त्यस्तै तामसी भोजनले तामसी दृष्टिकोण, विचार र तामसी कर्म गराउँछ ।

अर्को तर्फबाट सोच्ने हो भने तामसी कर्महरुले तामसी दृष्टिकोण र विचार बढाउँछ र तामसी विचारले झन् नै तामसी भोजन गराउँछ । तसर्थ तामसी भोजन होस वा विचार आखिर यिनीहरुले तामसी कर्महरुलाई नै मलजल गरिरहेका हुन्छन् । तामसी कर्महरुलाई घटाउने हो भने तामसी विचार र तामसी भोजन छोड्नु पर्छ । सात्विक भोजनले र सात्विक विचारले सात्विक कर्म गर्न सहयोग पुऱ्याउँछन् । सात्विक

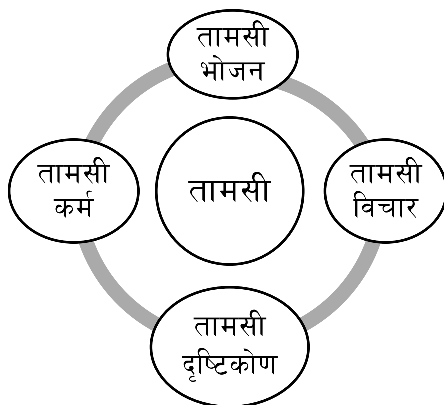
विचार फेरी सात्विक कर्मबाटै आउँछ। तसर्थ सात्विक कर्म गर्न सात्विक विचार बनाउन जरुरी हुन्छ।

चित्र २: सात्विक भोजन, सात्विक विचार र सात्विक कर्म



दोस्रो पटक गीताको अध्ययन गर्दा सत्वगुणमा पनि खोट देखियो। सत्वले सुख, प्रेम, माया बढाउँछ। यो पनि मिथ्या कुरा नै हो। जब हामी सुख, प्रेम र माया बढाउँछौं, हामीमा सुख र प्रेमप्रति आशक्ति बढ्छ। सत्व गुणले सुखलाई दिगो बनाइराख्न नजानिने तरिकाबाट हाम्रो मनमा लोभ बढाउँछ। प्रेम, सम्बन्धले पनि एक किसिमको आशक्ति नै बढाउँछ, । त्यसैले दोस्रो पटक भागवत गीताको अध्ययन गर्दा सत्व गुण भएका व्यक्तिहरुले पनि इन्द्रियजन्य सुखको नियन्त्रण गर्नुपर्छ। कारण त्यही सुख दुःखमा रुपान्तरण हुन्छ। जब सुखको कामना हुन्छ तब दुख आउँछ नै। सत्व गुण भएका व्यक्तिले प्रेमलाई ठीक अवस्थामा राख्न सक्नुपर्छ। प्रेमको वृक्ष यस्तो हुन्छ जुन बढ्दै बढ्दै सूर्यको प्रकाशलाई नै छेक्दछ। ज्ञानको प्रकाशलाई नै छेक्दछ। यसको अर्थ ज्ञान र प्रज्ञा प्राप्त गर्ने क्रममा यसले अवरोध उत्पन्न गर्छ। अल्पज्ञानले पनि एक किसिमको आशक्ति बढाउँछ। तसर्थ सत्वगुणलाई पनि अध्यात्म मार्गमा नियन्त्रण र सहजीकरण गर्न जरुरी हुन्छ।

चित्र ३: तामसी भोजन, तामसी विचार र तामसी कर्म



सत्व र तम गुण बीचमा विपरित वा उल्टो सम्बन्ध छ । जब रजोगुण बढ्छ, सत्वा गुण स्वतः कम हुँदै जान्छ । जब जब तमोगुण बढ्छ, सत्वगुण अझ कम हुँदै जान्छ । त्यसैले रजो गुण र तमो गुण दुवैले सत्व गुणलाई दबाएर राख्छन् र उठ्न नै दिदैनन् ।

मोह चाहे त्यो धृतराष्ट्रको पुत्र मोह होस्, चाहे असुरहरुको मादक पदार्थ प्रतिको मोह होस्, चाहे दुर्योधनको धन वा राज्यको मोह होस् । सबै तामसी गुण नै हुन् । लिपिष्टिक प्रतिको मोह र वाइन प्रतिको मोह दुवै मोह नै हुन् । आशक्ति नै हो । लिपिष्टिक नलगाई म बाहिर निस्कन्न भन्नु र वाइन नलिई म खाना खान्न भन्नु दुवै आशक्ति नै हुन् । पुत्र मोह र धनमोह दुवैले मानिसलाई अन्धा नै बनाइदिन्छन् । श्रीमान् प्रतिको वा श्रीमति प्रतिको मोह पनि मोह नै हो । धेरै मोह बढ्यो वा आशक्ति बढ्यो भने त्यही मोह क्रोधमा रुपान्तरण हुन्छ । तसर्थ जहा मोह छ त्यहा क्रोध छैन भन्नु अल्पज्ञान मात्र हो ।

त्यस्तै, सत्व गुणको प्रेमी स्वभाव पनि खतरनाक हुन सक्छ । प्रेमलाई प्रेमसँग योग गरे सम्म ठीकै छ । यस अवस्थामा पनि नियन्त्रणको आवश्यकता पर्छ । तर जब प्रेमलाई प्रेमले गुणा गर्नु हुन्छ । अथवा प्रेममा आशक्त बन्नु भयो भने त्यो आशक्तिले माग गरे अनुसारको प्रेम पाउन सकिदैन् । त्यसपछि यो क्रोधमा रुपान्तरण हुन्छ । तसर्थ सत्वगुण भएका

व्यक्तिले प्रेम र सुखलाई नियन्त्रण गर्न सकिएन भने ती रजा गुणमा परिवर्तन हुन्छन् ।

ज्ञानकै आशक्ति पनि राम्रो होइन । सत्वगुण भएका व्यक्तिहरु ज्ञान र प्रज्ञाको प्रबर्धनमा व्यस्त हुन्छन् । पढ्ने, पढाउने, योग गर्ने, गराउने, ध्यान गर्ने र गराउने उनीहरुका क्रियाकलाप हुन् । ज्ञानमा लागेको व्यक्तिमा स्थूल जगत र वस्तुप्रति मोह वा आशक्ति हुँदैन तर सुक्ष्म जगत प्रति आशक्ति बढछ । ज्ञानमै आशक्ति बढ्छ । ज्ञानमा आशक्ति बढ्नु भनेको कर्मसन्यासी हुनु हो । किनकि उसले विस्तारै कर्मसन्यास गर्दै जान्छ र कर्मसन्यासी हुन पुग्छ । ज्ञानको आशक्तिको कारण भौतिक वस्तु, भौतिक सम्बन्ध र भौतिक शक्तिबाट उसलाई छुटकारा मिल्छ । कर्मयोगलाई भुल्न पुग्छ र कर्मयोग र ज्ञान योगबीच सन्तुलन गुमाउन पुग्छ ।

तेस्रो पटकको अध्ययनमा मैले सत्व, रज र तम तीनवटै गुणले भौतिक संसारमा राज गरेका रहेछन् भन्ने बोध भयो । सत्वले प्रेम, सुख र माया, रजले राग, द्वेष र तमले मोह बढाउँछ । यी सबै सांसारिक बन्धनहरु हुन् । जब मानिसले यी तीनै गुणभन्दा बाहिरको कुरा जान्दछ अथवा तीनवटै गुणको स्रोत प्रकृति हो भनेर जान्दछ र प्रकृतिको पनि स्रोत परमेश्वर हुन् भनेर जान्दछ । त्यो व्यक्ति नै बुद्धिमान हुन्छ । धेरै मानिस सत्व, रज र तम भन्दा बाहिर त जान खोज्दछन् तर महत्त प्रकृतिमै रमाउछन् । धेरै दार्शनिक, कवि, कलाकार यी तीनवटै गुणबाट अलग हुन कोसिस गर्नु हुन्छ तर प्रकृति मै रमाउनु हुन्छ र परमेश्वरलाई बुझ्न सक्नुहुन्न । यी तीनवटै गुण र तीनवटै स्वभावबाट टाढा रही बुद्धि र महतलाई बुझ्नु त्यो भन्दा पनि परको प्रकृति बुझ्नु पनि आनन्द वा शान्ति पाउनु नै हो । अझ त्यो भन्दा पनि परको परमब्रह्म अथवा परमेश्वर बुझ्नु चाहिँ परमानन्द(प्रमोद) र परमशान्ति प्राप्त गर्नु हो ।

तसर्थ, तेस्रो चरणमा सत्व गुणलाई पनि छोडी परमेश्वर बुझ्नु आत्मा साक्षात्कारका लागि तयार हुनु, प्रमोद हो अथवा सत्चिदानन्द नै हो ।

चौथो चरणमा मैले भगवत गीताको अध्ययन गर्दा व्यक्तिलाई सत्व, रज र तम गुणमा विभाजन गर्ने काम छाडिदिएँ । बरु आफूभित्र

नै यी तीन गुणको खोजी र अनुसन्धान गर्न थालेँ । हरेक व्यक्तिमा यी तीनै गुण विद्यमान रहन्छन् । कसैमा सत्व गुण, कसैमा रजो गुण र कसैमा तमोगुण प्रधान हुन्छ । रजोगुण प्रधान भएमा सत्वगुण प्रबर्धन गरी सन्तुलन मिलाउनुपर्छ । तमोगुण प्रधान भएमा कर्मयोग र ज्ञान योगको साधना गरी मोहलाई घटाई तमोगुण र रजोगुणबीच सन्तुलन कायम गर्नुपर्छ । दोस्रो अभ्यास चाहिँ रजोगुण र सत्वगुणबीच सन्तुलन कायम गर्नुपर्छ । रजोगुण बढ्यो भने लोभ, ईर्ष्या र रागलाई नियन्त्रण गरी निष्काम कर्मयोगी बन्न सत्वगुणको प्रबर्धन गर्न जरुरी हुन्छ । तमोगुणले ज्ञानको विनास गराउँछ, आलस्य बनाउँछ, मोह बढाउँछ भने सत्व गुणले ज्ञान बढाउँछ, स्फूर्ति बढाउँछ र मोह घटाउँछ । त्यसैले यी दुई सत्व र तम दुई विपरीत गुणहरु हुन् । यी दुवैलाई रज गुणले सन्तुलन गराउँछ । यी तीनै गुण हामी भित्र नै छन् ।

सत्वगुण प्रधान भएको व्यक्तिमा पनि रजोगुण वा तमो गुण रहन्छन् । सत्वगुण भएको व्यक्तिले भौतिक वस्तुमा आशक्ति राख्दैन । धन सम्पत्तिमा पनि आशक्त हुँदैन । त्याग गर्न सक्छ । शक्तिमा पनि आशक्त हुँदैन र शक्तिको पुजा गर्दैन तर पनि उसमा ‘यश ’ वा कृति वा सुवासको चाहाना हुन्छ । आफ्नो सुवास चलोस भन्ने चाहन्छ र मेरो सुवास देश विदेश भर पुगोस भन्ने चाहन्छ । तसर्थ सत्वगुण प्रधान भएको व्यक्तिमा ‘ यश ’ को आशक्ति हुन्छ जुन तमोगुण भएका व्यक्तिमा भएको मद्को आशक्तिजस्तै हुन्छ । आशक्ति चाहे मद्को होस् चाहे सुवासको होस् त्यो आशक्ति नै हो त्यसैले सत्वगुण भएका व्यक्तिले पनि मनलाई नियन्त्रण गर्न जरुरी हुन्छ । मनमा अपवित्रता त मद्को आशक्ति मात्रले जम्मा हुने होइन सुवासको आशक्तिले पनि जम्मा हुन्छ ।

तमोगुण प्रधान भएको व्यक्ति आलस्य र लठ्ठ हुन्छ । अध्यात्ममा डुबेको व्यक्ति पनि आलस्य र लठ्ठ नै हुन्छ । तसर्थ तीनलाई ज्ञानको माध्यमले कर्ममा फर्काउन र विस्तारै निष्काम कर्मयोगमा लगाउनु पर्छ । तमोगुण प्रधान भएका ब्यक्तिलाई फल सहितको कर्ममा फर्काउने, त्यसपछि उसलाई निष्काम कर्म योगमा लगाउनु पर्छ भने अध्यात्ममा डुबेका व्यक्तिलाई कर्म र साँख्य वीच समन्वय गराउन सिकाउनु पर्छ ।

अध्याय १२

सांख्य र कर्मयोगको संयोजन

भगवत गीता आफैमा दर्शनले परिपूर्ण भएको पुस्तक हो । यो भगवानको गीत हो जसबाट ज्ञानको बर्षा हुन्छ । धेरै विद्धवानहरु कुनै खास योगको प्रवर्धक भई त्यही योगको विकास र साधनालाई अगाडि बढाउनु हुन्छ । वास्तवमा गीता यस्तो दर्शनको पुस्तक हो जहाँ जे खोजे पनि प्राप्त हुन्छ ।

पहिलो चरणको अध्ययनमा मैले गीताका प्रत्येक योगलाई छुट्टा छुट्टै बुझ्ने कोसिस गरेँ । कर्मयोग, ज्ञानयोग, कर्मसन्यास योग र भक्तियोगलाई छुट्टाछुट्टै हिसाबले बुझ्ने कोसिस गरेँ । जुन योगको अध्ययन गऱ्यो त्यही योग सर्वश्रेष्ठ पाएँ । भगवान श्रीकृष्णले नै कर्मयोगको प्रसंगमा कर्मयोग नै सर्वश्रेष्ठ (६।४६), ध्यान योगको प्रसंगमा ध्यान सर्वश्रेष्ठ र भक्ति योगको प्रसंगमा (७१८) भक्ति नै सर्वश्रेष्ठ छ भने पछि म द्विविधामा परेँ ।

दोस्रो चरणमा अध्ययन गर्दा कर्मयोग भित्र पनि सांख्य र सांख्ययोगभित्र पनि कर्मयोग पाएँ । वास्तवमा सांख्ययोगमा कर्म छ । मानिस काम नगरी बस्न सक्दैन । कसैले शारीरिक र कसैले मानसिक काम गर्दछन् वा ध्यान, योग गर्नु पनि कर्म नै हो । कर्मसन्यास लिएँ भनेको फलको इच्छालाई त्यागी दिएको हो । काम्यक कर्म मात्र छाडेको हो । ध्यान गर्नु, योग गर्नु, तपश्या गर्नु पनि कर्म नै हो । तसर्थ सन्यासभित्र पनि मैले कर्मयोग नै देखेँ । सन्यास धारण गरेका व्यक्तिहरु पनि पढ्ने पढाउने, दान दिने, दान लिने र यज्ञ गर्ने, गराउने गरेको देखेको छु । यसको अर्थ उनीहरुले कर्मसन्यास लिएका होइनन् फल सन्यास मात्र लिएका हुन् । पढ्ने तर पास फेलको परवाह नगर्ने, पढाउने तर पारिश्रमिक नलिने, दान लिने तर त्यो दान जस्ताको त्यस्तै अरुलाई दिने, यज्ञ गर्ने तर त्यसको लागि कामना नगर्ने सन्यास नै त हो नि ।

कर्मयोग भित्र पनि सांख्य छ । पहिलो कुरा, कर्मयोगमा फलको आशा नराखी कर्म गर्नु भनेको एक किसिमको सन्यास नै हो । किनकि यसबाट लोभ, मोह र द्वेष हुँदैन । जब लोभ, मोह, द्वेष हुँदैन तब त्यो सन्यासी नै हो ।

कर्मणैव हि संसिद्धिमास्थिता जनकादय ।
लोकसंग्रहमेवापि संपश्यन्कर्तुमर्हसि ॥३।२०

राजा जनक कर्मयोगी राजा हुन् तर उनी ध्यानयोग साधनामा पनि त्यत्तिकै श्रेष्ठ छन् । उनले लोकको लागि प्रजाको लागि नै धनदौलत संग्रह गरे आफ्नो चाहाना परिपूर्ति गर्नको लागि होइन । उनले आफू कर्मफलबाट मुक्त भए पनि लोकलाई सेवा गर्नका लागि कर्म गरे । तसर्थ त्यो कर्म गरे पनि सन्यास सहितको कर्म नै हो । राजा जनक कर्मयोगी हुँदा हुँदै पनि कर्मसन्यासी पनि हुन् किनकि उनमा राज्यप्रतिको लोभ, मोह, द्वेष, घमण्ड रत्तिभर पनि थिएन । उनी कर्मबन्धनबाट मुक्त थिए ।

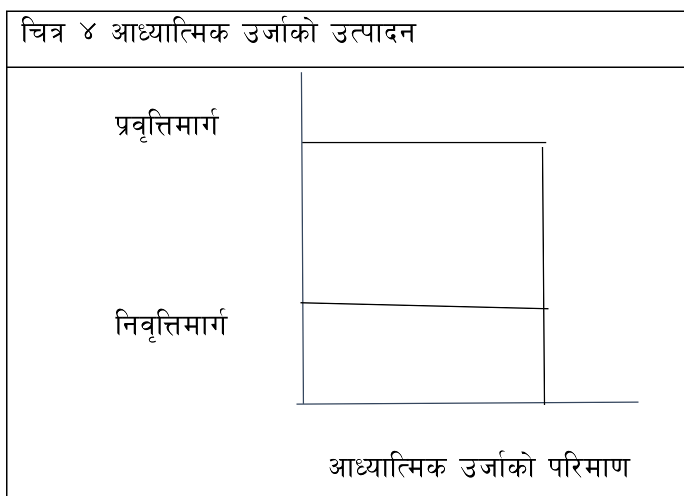
तेस्रो चरणमा गीताको अध्ययन गर्दा मलाई यस्तो लाग्यो कि केही ठाउँमा कर्मयोग र सांख्यले एक अर्कालाई प्रतिस्थापन गर्छन् भने धेरै ठाउँमा परिपूरकको काम गर्छन् । प्रवृत्ति मार्गमा लाग्नु भनेको निवृत्तिमार्गलाई चटक्कै छोड्नु अथवा निवृत्तिमार्गमा लाग्नु भनेको प्रवृत्तिमार्ग विर्सनु होइन । धेरै पूर्वीय दर्शनका किताबहरु पढ्दा लाग्थ्यो यी दुई एक अर्काका निषेधक हुन् तर यथार्थमा मैले यस्तो पाइन । धेरै मामलामा कर्मयोग र सांख्ययोग परिपूरक छन्ः

संन्यासस्तु महाबाहो दुःखमाप्तुमयोगतः ।
योगयुक्तो मुनिर्ब्रह्म न चिरेणाधिगच्छति ॥५।६

वास्तवमा कर्मयोग विना सन्यास दुष्कर नै हुन्छ अथवा त्यो केवल कठीन कार्य मात्र हुन्छ । जसले कर्मयुक्त भई सन्यासी भएमा वा कर्मसन्यास गरेमा उसले बन्धनरहित भएर ब्रह्म प्राप्त गर्न सक्दछ । जसले केही गरेन भने उसले के त्याग्ने हो ? वास्तवमा जसले कर्म गरेकै छैन भने कर्मसन्यासको अर्थ के ? जसले कर्मयोग नगरी सन्यास धारण गरेका छन्, उनीहरुसँग दान दिदाको आनन्द थाहा नै हुँदैन अथवा दानको शक्ति नै उनीहरुलाई थाहा हुँदैन । कर्म गर्दा प्राप्त हुने खुशी वा आनन्द

पनि थाहा हुँदैन । वास्तवमा कर्मफल त्याग गर्दा जति आनन्द आउँछ, त्यो कर्म नगर्दा आउँदैन । राजा जनकले आनन्द प्राप्त गर्नु भयो र मुक्ति पनि प्राप्त गर्नु भयो किनकि उहाँले कर्म गर्नुभयो र कर्मसन्यास पनि गर्नुभयो । बुद्धले कर्म पनि गर्नुभयो अनि कर्मसन्यास पनि गर्नुभयो । महावीरले पनि कर्म गर्नुभयो र कर्मसन्यास लिनु भयो । जति पनि मुक्ति प्राप्त गरेका महापुरुष हुनुहुन्छ उहाँहरुले कर्म गर्नुभयो र कर्मसन्यास पनि गर्नुभयो । हालैका पुरुष जस्तो रजनीश, महेश महर्षि र अरु धेरै महानुभावहरुमा पनि त्यही लागु हुन्छ । जो प्रवृत्तिमार्ग मात्र हिड्छ उसले आधा युनिभर्स अथवा आधा ब्रह्माण्ड बुझ्दछ । जसले आधा ब्रह्माण्ड मात्र बुझ्दछ उसले उत्पादन गर्ने आध्यात्मिक उर्जा पनि आधै हुन्छ । उर्जा उत्पादनको नियम एउटै हो जति माथिबाट पानी छाडिन्छ त्यति नै बढी मात्रामा विद्युत् उत्पादन हुन्छ (चित्र ४)। त्यस्तै जति माथिबाट कर्मयोगबाट सांख्य योगमा आउँछ त्यति नै बढी आध्यात्मिक उर्जा प्राप्त हुन्छ । त्यसैले भनिएको छ कर्मविनाको सन्यास दुष्कर हुन्छ । यसबाट त्यत्ति धेरै आध्यात्मिक उर्जा उत्पादन गर्न सक्दैन ।

चित्र ४ आध्यात्मिक उर्जाको उत्पादन



मैले वस्तु र चेतनाको संमिश्रण पनि गीतामै पाएँ । जति चेतना बढ्यो भौतिक वस्तु पनि त्यति मात्रामा बढ्न जरुरी छ । चेतना बिनाको

भौतिक वस्तु र भौतिक वस्तु विनाको चेतना दुवै दुष्कर छन् । जसले कर्मद्वारा अथवा भौतिक वस्तुको उत्पादन र वितरण साथ साथै सांख्यद्वारा चेतना अथवा ज्ञानको उत्पादन र वितरण गर्छ, उसले बढी मात्रमा आध्यात्मिक उर्जा प्राप्त गर्छ । दुवै एक अर्काका परिपूरक हुन् । भौतिक वस्तुको लागि नै आध्यात्मिक चेतना आवश्यक पर्छ । भौतिक वस्तुको सही प्रयोगको लागि ज्ञान र प्रज्ञा जरुरी छ । त्यस्तै ज्ञान र प्रज्ञाको लागि पनि भौतिक वस्तुको सही प्रयोगको जरुरी छ । अल्वर्ट आइन्स्टाइनको सापेक्षवादको सिद्धान्त पनि यही कर्मयोग र सांख्य योगको संमिश्रणको कारण सफल हुन पुग्यो । अल्वर्ट आइन्स्टाईन भौतिक शास्त्रका धरोहर त हुँदै हुन् उनी अध्यात्म शास्त्रका पनि त्यति नै विज्ञ हुन् । उनीसँग भौतिक वस्तु मात्र भएको भए चेतना आउने थिएन । चेतना मात्र भए पनि कर्म प्राप्त हुदैनथ्यो । त्यसैले उनले $E=mc^2$ अथवा उर्जा उत्पादन बराबर पिण्ड र प्रकाश वर्गको सिद्धान्त बनाउन सके । महर्षि महेश जो भौतिक शास्त्री त हुँदै हुन् उनी भित्र आध्यात्मिक चेतना पनि त्यत्ति नै थियो । त्यसै कारण उनले भावातित ध्यान (transcendental meditation) को सिद्धान्तको प्रतिपादन तथा प्रयोग गर्न सक्नु भयो उहाँहरु दुवै बोधिसत्व नै हुनुहुन्छ । सांख्य र कर्मयोग दुई भिन्न भिन्न कुरा हुन भन्ने व्यक्ति पण्डित होइनन् । यिनीहरु त केबल अज्ञ(अज्ञानी) हुन् । विज्ञ(पूर्ण ज्ञानी) होइनन् ।

यो चरणमा मैले सांख्य र कर्मयोगबीच भिन्न देख्न सकिन । सांख्ययोग बिनाको कर्म अन्धो हुन्छ अथवा कर्म त गर्छ तर चेतना हुँदैन । त्यस्तै कर्म विनाको सांख्य हातखुट्टा विनाको टाउको हो, जुन अरुको सहारा बिना अगाडि बढ्न सक्दैन । निष्कर्षमा के भन्न सकिन्छ भने सांख्यले पाइने स्थान योगले पनि मिल्दछ, सांख्य योग दुवै एकै जो देख्छ उही देख्छ भन्ने हो ।

चाहे सांख्य होस् चाहे कर्म, मानिसको उद्देश्य भनेको दीगो शान्ति र आनन्द प्राप्त गर्नु नै हो । यदि मानिसले कर्मयोगबाटै शान्ति र आनन्द पाउछ भने उसले जानी नजानी कर्म गरेकै हुन्छ । त्यस्तै कर्मयोगबाट शान्ति र आनन्द प्राप्त गर्छ भने उसको कर्ममा कर्मफलको त्याग अवश्यक छ अथवा उसले निष्काम कर्म गरेकै हुनु पर्छ । मेरो विचारमा कर्मयोग र सांख्य एउटै सिक्काका दुइवटा पाटाहरु हुन् ।

मानिसको अस्तित्व यी दुई योगमा नै निहित रहन्छ । जसले जति बढी संयोजन र समन्वय गर्न सक्यो उति नै सिद्धि प्राप्त हुन्छ ।

चौथो चरणमा मैले गीताको अध्ययन गर्दा कर्मयोग सांख्ययोगको आँखाले अगाडि बढेको पाएँ । मैले कर्मयोगलाई अध्ययन गर्दा सांख्यको आँखाले र सांख्य पढ्दा कर्मयोगको आँखाले हेर्ने गरेको छु । हाल सम्म जति व्याख्या र विश्लेषण भए ती आफ्नै योग भित्र मात्र भए । न त सांख्य न त कर्मयोग एक्ला एक्लैले सही अर्थ दिन सक्छन् । निष्काम कर्मयोग फलबाट मुक्त छ । तसर्थ यो पनि एक किसिमको सांख्य नै हो किनकि त्यसमा फलको चाहाना नै हुँदैन ।

कर्मसन्यास गर्नु भनेको काम्यक कर्म मात्र छोड्नु हो । आध्यात्मिक कर्म छोड्नु भनेको होइन । त्यो भनेको मनमा कामना नै आउन नदिनु हो । कामनाको अङ्कुरण हुनै नदिनु हो । काम्यक कर्महरु नगर्नु हो तर आध्यात्मिक कर्म छोड्नु कदापि हुँदैन । तसर्थ सांख्य भनेको पनि उच्चतम् कर्म योग हो । सांख्ययोग प्रज्ञा/ज्ञानको उत्पादन र वितरणमा व्यस्त रहन्छ ।

अध्याय १३

क्षर, अक्षर र अक्षरातीत

यस्मात्क्षरमतीतोहमक्षरादपि चोत्तमः
अतोस्मि लोके वेदे च प्रथितः पुरुषोत्तमः ॥ १५।१८

संसारमा दुई प्रकारका प्राणी छन् । एउटा नाशिने प्राणी अथवा 'क्षर' प्राणी भने अर्को चाहिँ ननाशिने प्राणी अर्थात 'अक्षर' प्राणी । शरीर सहितका सबै प्राणीहरु नाशवान छन् । सबैको शरीर क्षर हो । कुनै न कुनै दिन आत्माले यो पंचतत्वले बनेको नाशवान शरीरलाई छोडेर सूक्ष्म शरीर वा अक्षर रुप धारण गर्दछ । यस पृथ्वीमा आएका सबै प्राणीहरु नाशवान छन् । मानिस, पशुपँक्षी, बोटविरुवा, किरा फटेङ्ग्रा सबै नाशवान छन् । कुनै न कुनै दिन यस पृथ्वीबाट सबै प्राणीले मृत्युवरण गर्नै पर्छ । तसर्थ क्षर शरीरलाई आत्माले एक न एक दिन छोड्छ । पहिलो पटक भगवत गीताको अध्ययन गर्दा यही क्षर शरीर कसरी अक्षरमा परिवर्तन गर्ने होला मनमा खुल्दुली मचिइरहयो ।

दोस्रो पटक भगवत गीताको अध्ययन गर्दा यो क्षर शरीर पनि ज्यादै महत्वपूर्ण रहेछ भन्ने वोध भयो । शरीरको उद्देश्य आत्मालाई मुक्ति प्रदान गर्नु हो । शरीर विना आत्माले मुक्ति प्राप्त गर्न सक्दैन । शरीर विना कर्म गर्न सकिदैन । न भक्ति गर्न सकिन्छ न त ध्यान र योग साधन नै । हाम्रो क्षर शरीर पनि साधन हो, साध्य होइन । क्षर शरीरले कर्मयोग, भक्ति योग र ध्यानयोग वा ज्ञानका माध्यमले आत्मालाई मुक्ति प्रदान गर्दछ् । शरीर नभए न कर्मयोग, न सांख्य, न ध्यान नै सम्भव छ । तसर्थ शरीर पाउनु पनि ठूलो भाग्य हो । यही शरीर सहितको प्राणीले मन र बुद्धिलाई पवित्र कर्मतिर लगाउँछ । त्यही मनले इन्द्रिय र शरीरलाई, बुद्धिले मनलाई, बुद्धिलाई आत्माले नियन्त्रण गरेन भने अपवित्र कर्म गर्दछौं । त्यो अपवित्र आत्मालाई पुनः जन्म र मृत्युको चक्रमा पठाउँछ । जसले पवित्र कर्म गर्छ उसले अक्षर अथवा सूक्ष्म शरीर धारणा गर्छ र पुनः जन्म, सुख, दुःख, बुढ्याई र मृत्युवरण गर्नु पर्दैन । तसर्थ शरीर

साधन हो भने मुक्ति साध्य हो । अक्षर वा सूक्ष्म शरीर, जसलाई भौतिक आँखाले देख्न सकिदैन, तर त्यस्तो शरीरले पनि गुण लिएर जान्छ । अक्षर हुन मुक्ति प्राप्त गर्न जरुरी छ । अक्षर वा सूक्ष्म शरीर नासिदैन किनकि योसँग पंचतत्व हुँदैन । शरीर नभएपछि कर्मबाट मुक्त हुन्छ । जन्म, सुख, दुःख, मरणबाट अक्षर प्राणी मुक्त हुन्छ । अक्षर प्राणीमा शरीर नभए पनि चेतना हुन्छ । चेतना त नाशवान शरीर भएको प्राणीमा भन्दा अक्षरमा अझ बढी हुन्छ किनकि त्यसमा अन्नमय आत्मा नभएर प्राणमय आत्मा मात्र हुन्छ । चेतनाको त्यही प्रवाहले यसले क्षर प्राणीहरु माथि प्रतिक्रिया गर्छ ।

तेस्रो पटक भगवत गीताको अध्ययन गर्दा क्षर र अक्षर बीचको सम्बन्ध केलाउन कोसिस् गरे । क्षर र अक्षर दुवैमा आत्मा हुन्छ । क्षरमा शरीर सहितको आत्मा हुन्छ भने अक्षरमा शरीर विनाको आत्मा । आत्माको चरित्र दुवै स्थूल र सूक्ष्म शरीरमा हुन्छ । आत्मामा समानता पाइन्छ । दुवैको आत्मा प्राणमय आत्मा नै हो । अक्षर आत्मामा बढी चेतना हुन्छ । यो आत्मा पनि शरीर सहितको आत्माले जस्तै परमात्माको निर्देशन र नियन्त्रणमा रही कार्य गर्छ । शरीर सहितको आत्माको जस्तो अक्षर आत्मामा अपवित्रता हुँदैन । अपवित्रता जम्मा भएको मनले बुद्धिलाई र बुद्धिले आत्मालाई असर गर्छ । तसर्थ उसको मृत्युपछि आत्माले पुनः शरीर धारणा गर्छ । त्यस्तो शरीरसहितको अपवित्र आत्माले अक्षर आत्मामा परिवर्तन हुने मौकै पाउँदैन । पुनः शरीर धारणा गर्नु पर्ने हुन्छ । यसरी हेर्दा शरीरको पनि ठूलो महत्व छ । शरीरले पवित्र कर्म नगर्ने हो भने आत्माले मुक्ति पाउन सक्दैन । अक्षर आत्मामा रुपान्तरण हुन सक्दैन र जन्म मरणको चक्रमा फसी रहन्छ । तसर्थ, शरीरको पनि महत्व छ, क्षर शरीर बिना मुक्ति संभव छैन ।

ठूलो प्रारव्धले मात्र अक्षरधाममा बास पाउन सम्भव हुन्छ । जसले दशवटै पारमिता पालन गरेको छ । अष्टाङ्ग मार्गको अनुसरण गरेको छ । लोभ, मोह, द्वेष, घमण्ड र अज्ञानताबाट पार पाएको छ, त्यस्ता महापुरुषले जन्म, मृत्यु, सुख, दुःख र बुढ्यौलीपनबाट मुक्ति पाउँछन् र अक्षरधाममा वास पाउँछन् । क्षर शरीरको पवित्र कर्मले अक्षरमा रुपान्तरण गराउँछ । त्यसकारण क्षर शरीर सहितको पवित्र आत्मा अक्षर शरीर विनाको आत्माका लागि नभई नहुने पूर्व तयारी हो

। अक्षर आत्माले कर्म गर्दैन, त्यसैले यो कर्मबन्धनबाट मुक्त हुन्छ। मोक्ष र सन्यास लिएका वा कर्मयोगी दुवै महापुरुषहरु क्षर प्राणी हुँदा हुँदै पनि अक्षर प्राणीमा रुपान्तरण हुन्छन् । अक्षर अथवा सूक्ष्म शरीर लिएर यस्तो आत्माले पनि परमात्माकै आराधना गरिरहेको हुन्छ ।

अक्षर प्राणलाई नश्वर प्राणी र अक्षरातीत अथवा पुरुषोत्तम बीचको संक्रमण कालको रुपमा समेत चित्रित गरिएको छ। अक्षर आत्मा परमात्मामा लीन भै सकेको हुँदैन । त्यसैले यसको छुट्टै अस्तित्व हुन्छ । अक्षरधाम भनेको संक्रमणकालीन अवस्था हो भने त्यस्तो अक्षर आत्माले परमात्मामा लीन हुनकै लागि परमात्माकै आराधना गर्छ। उनकै निर्देशन अनुसार यसले पवित्र कर्म पूरा गर्दछ ।

चौथो पटक पुनः त्यही श्लोक पढेर वैज्ञानिक हिसाबले विश्लेषण गर्न थालेँ । अक्षरधाम भनेको अन्तरिक्ष हो, जो पृथ्वीको गुरुत्वाकर्षणबाट मुक्त हुन्छ तर पृथ्वीको आकर्षणबाट पनि बन्चित हुन्छ तर त्यंहा अरु ग्रहको आकर्षण पनि हुदैन । त्यस्तो वस्तुले जसरी अन्तरिक्षमा सूर्यको परिक्रमा गर्छ त्यसरी नै अक्षर आत्माले पनि परमात्माको परिक्रमा गर्छ । फरक यत्ति छ कि ग्रह र उपग्रह पिण्डहरु हुन् जसलाई यी भौतिक आँखाद्वारा देख्न सकिन्छ र मापन गर्न सकिन्छ तर अक्षर आत्मा वा सूक्ष्म शरीर वा देख्नै नसकिने शरीर लिएर अक्षरधाममा रहने हुँदा यसलाई भौतिक आँखाले देख्न सकिदैन । आध्यात्मिक आँखाले पनि देख्न कठीन छ । केबल चेतनाको अनुभूति मात्र हुन्छ । अक्षर प्राण परमात्मासँग जोडिएको हुन्छ । त्यसैले पूर्वजन्मको राम्रा र नराम्रा कर्महरुबाट मुक्त हुन्छ ।

पाचौ पटक भगवत गीताको अध्ययन गर्दा लाग्यो क्षर र अक्षर आत्मा दुवै महत्वपूर्ण छन् क्षर विना अक्षर प्राप्त गर्न सकिदैन । अझ त्यो भन्दा पनि ठूलो कुरा त अक्षरातीत(पुरुषोत्तम) हो। क्षर भन्दा टाढाको अक्षर आत्मा हो । अक्षरातीत कृष्ण भन्नु र अल्लाह भन्नु एउटै हो । परब्रह्म भन्नु, अक्षरातीत भन्नु, पुरुषोत्तम भन्नु एउटै हो । वहां नै पूंर्ण ब्रह्म हा अक्षर भन्दा पनि परको उत्तम पुरुष अथवा परमात्मा र सबैभन्दा माथिल्लो चेतनाको स्रोत हो । क्षर र अक्षर आत्माको स्रोत भनेको परमात्मा वा पुरुषोत्तम नै हो, वहां नै परब्रह्म हो । त्यसैले क्षर र अक्षर भन्दा पनि पुरुषोत्तम वा परब्रह्म नै बुझ्नु पर्ने हुन्छ। उहाँ नै सबै वस्तु,

उर्जा, चेतनाको स्रोत हो । उहाँबाटै अक्षर र क्षर प्राणीको संचालन हुन्छ । जसले क्षर, अक्षर र पुरुषोत्तमलाई बुझ्दछन । उनीहरु बुद्धिमान हुन्छन् र मुक्तिको मार्गमा लाग्दछन् ।

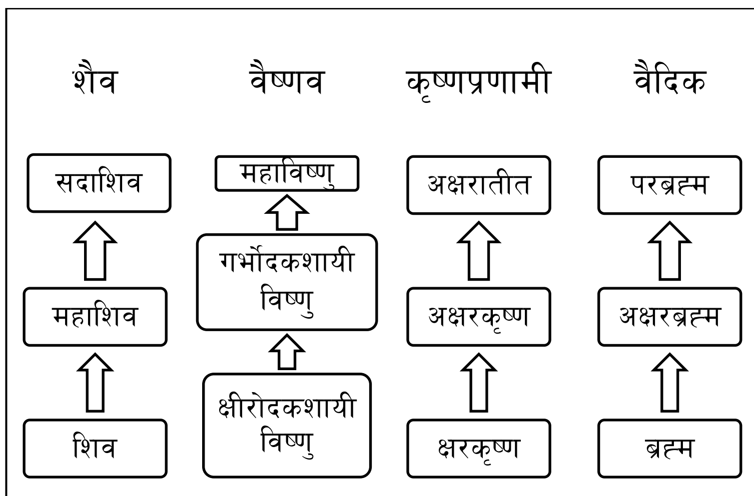
वैदिक सनातन धर्मको प्रत्येक सम्प्रदायले क्षर, अक्षर र अक्षरातीत (परब्रह्म) तीनवटैको प्रतीकका रुपमा बिम्ब खडा गर्ने गरेका छन् । उदाहरणका लागि मथुरामा जन्मेका कृष्ण अवतार हुँदाहुँदै पनि क्षर (शरीर) लिएर आउनु भयो र मानिसझैं जन्म लिनु भयो, सुख दुःख भोग्नुभयो । बूढो हुनुभयो । मृत्यु वरण पनि गर्नुभयो । सर्वसाधरणलाई शिक्षा र ज्ञान दिन, कर्मयोग, साँख्य, ध्यान, ज्ञान र भक्ति योगका बाटाहरु देखाउनु भयो । क्षर शरीर लिन पनि जरुरी छ । क्षर शरीर लिएरै कर्मयोगी कृष्णले आफूले पनि कर्म गर्नुभयो र अरुलाई पनि कर्म गर्न उत्प्रेरणा दिनु भयो । उद्देश्य थियो, धेरै व्यक्तिहरुका आत्मालाई मुक्ति प्रदान गरी अक्षर धाममा पुऱ्याउनु । जन्म, सुख, दुखः, बुढ्याई र मृत्युबाट मुक्ति पाउन क्षर शरीर जरुरी छ । आफू स्वयं यसोदाका गर्भमा आउनुभयो, जन्मनु भयो, सुख दुःख भोग्नु भयो र व्याधाको तिरबाट मृत्यु पनि वरण गर्नु भयो । यसको अर्थ हो आत्मालाई मुक्ति प्रदान गर्न क्षर शरीर जरुरी छ । यो नै मुक्तिको माध्यम हो ।

अक्षर कृष्ण अथवा श्रीकृष्ण शरीर विहिन प्राणीको रुपमा अक्षर धाममा विराजमान हुनुहुन्छ । अक्षर कृष्णले अक्षरातीत कृष्ण अथवा पुरुषोत्तमको भक्ति र आराधना गर्नुहुन्छ । त्यो अन्तिम शक्ति सद्चितानन्द, परब्रह्म तत्व वा अक्षरातीत कृष्णतत्वमा समाहित हुन भक्ति र ध्यान नै गर्नुहुन्छ । श्रीकृष्ण अक्षर हुनुहुन्छ र अक्षरातीत कृष्ण वा परब्रह्म वा परमात्माको नियन्त्रण र निर्देशनमा रहनुहुन्छ । वहाँ परमात्मामा लीन हुन चाहनुहुन्छ । उपनिषदमा व्याख्या गरे अनुसार परब्रह्म अथवा चेतनाको अन्तिम शक्ति, निर्गुण, निराकार, निरन्जन र आध्यात्मिक र भौतिक शक्तिको अन्तिम स्रोत परमब्रह्म अथवा अक्षरातीत कृष्ण हुन् ।

त्यो कृष्ण तत्व नै हो । यी तीन कृष्ण तत्वबारे ज्ञान हुनु भनेको मुक्ति मार्गका ढोकाहरु खोल्नु हो । ती ढोका खुलेपछि लोभ, मोह, द्वेष, अज्ञानता र घमण्डबाट मुक्त हुन्छ अथवा साधना गऱ्यो भने ऊ यस

लोकमा क्षर शरीर भए पनि जन्म, जरा, मरणबाट मुक्त हुन्छ र अक्षर प्राण धारण गर्दछ ।

चित्र ५: सम्प्रदायका आधारमा क्षर, अक्षर र पुरुषोत्तम



शैवमार्गीहरु पनि देवाधिदेव महादेवलाई यी तीनै तत्वहरुमा बुझ्ने गर्नुहुन्छ। शरीर सहितको शिव, जसलाई बाघको छाला लगाएको, जटा पालेको र डमरु लिएका शिव भगवान भन्छौं । शिव भगवान पनि शरीर सहितको आत्मा लिएर पृथ्वीमा आउनु भयो र सुख, दु:ख भोग गर्नु भयो । मानिसलाई उपदेश दिन कै लागि यस्तो क्षर शरीर लिएर आउनु भयो । पार्वतीको मायामा पर्नु भयो । पुन ध्यानका माध्यमबाट मुक्ति प्राप्त गर्नुभयो । उहाँ शिवको अवतार लिएर आउनु भएको छ । अक्षर शिव अथवा महाशिव आकार रुप होइन निर्गुण, निराकार, र अक्षर रुप हो । उहाँ अक्षर प्राणको प्रतीक बनेर रहनु भएको छ । शिवशक्ति, ज्योतीको रुपमा रहनु भएको छ। उहाँ ज्योति मार्फत विश्व ब्रह्माण्डमा आध्यात्मिक र भौतिक उर्जा प्रदान गर्नु हुन्छ। त्यसैले त्यो अक्षर रुप हो, जुन सदाशिवको निर्देशन र नियन्त्रणमा रही कार्य गरिरहेको हुन्छ। त्यस्तै महाविष्णु भनेको परबह्म नै हो, सर्बोच्च शक्ति हो। गर्भोदकशायी विष्णु भनेको निराकार, निर्गुण, अक्षय विष्णु हुन् र क्षीरोदकशायी विष्णु भनेको चारहात भएको साकाररुप, गुण, र शरिर भएका विष्णु हुन् ।

त्यस्तै परब्रह्म, अन्तिम शक्ति, निरन्जन, निराकार प्रकाशपुंज कृष्ण प्रणामीले भनेको अक्षरातीतकृष्ण, वैष्णव सम्प्रदायले भन्दै आएको महाविष्णु भन्नु र शैवमार्गीहरुले भन्दै आएका सदाशिव र इस्लामले भनेको अल्लाह एउटै हो । उहाँ परब्रह्म परमात्मा हो । यसलाई ब्राण्ड नामको रुपमा अक्षरातीत कृष्ण वा सदाशिव भने पनि जेनरिक रुपमा परब्रह्म अथवा पुरुषोत्तम नै हो । अक्षरकृष्ण भन्नु वा श्रीकृष्ण भन्नु एउटै हो । वहाँ अक्षरधाममा बसी जीवात्मालाई नियन्त्रण, निर्देशन र समन्वय गर्नुहुन्छ । परब्रह्म, अक्षरातीत कृष्ण, सदाशिव, र महाविष्णु भन्नु एउटै हो, जो निराकार र सर्बोच्च शक्ति हुन । उहाँ नै भूत प्राणीलाई उत्पन्न गर्ने, जगत उत्पत्ति गर्ने सूक्ष्म र स्थूल प्राणीको रक्षा गर्ने पुरुषोत्तम, परब्रह्म वा परमात्मा हुन् ।

छैटौं पटक पुनः यही क्षर, अक्षर र पुरुषोत्तमको अध्ययन गर्दा थाहा लाग्यो कि शरीर र आत्मा फरक फरक कुरा हुन् भन्ने बुझैँ । अक्षर अथवा आत्मा र क्षर अथवा शरीर हरेक प्राणीमा रहन्छ । अक्षर अथवा सूक्ष्म शरीर जसलाई हामी देख्न सक्दैनौं त्यो ध्यान वा विपश्यनाको माध्यमबाट चिन्न सक्छौं । क्षर र अक्षर दुवै गुण हामी भित्रै छ । शरीर क्षर हो । जीवात्माले एउटा शरीर छोडेर अर्को शरीर धारण गर्दछ, त्यस्तै त्यो शरीर पनि छाडेर अर्को अर्को । त्यसैले आत्मा अक्षर छ, अविनाशी छ अनन्त छ, निर्गुण, र निराकार छ । सबै व्यक्तिले साधनाद्वारा, ध्यानद्वारा त्यो आत्मासंग साक्षात्कार गर्न सक्छन् । मुक्त हुन सक्छन् ।

सातौ चरणमा ध्यान गर्दा पुरुषोतम, विश्व ब्रह्माण्डका सृष्टिकर्ता, परमब्रह्मको गुण पनि हामीभित्र नै छ भन्ने कुरा बुझियो । अहम् व्रह्मस्मि भन्ने बोध भयो । म आफै व्रह्म हुं । अथवा पुरुषोत्तमलाई बाहिरी संसारमा भेट्न सकिदैन । परमात्मा वा पुरुषोत्तम पनि हामी भित्रै विराजमान हुनुहुन्छ । जसले ध्यान साधना गर्छ, उसले पुरुषोत्तमलाई चिन्न सक्छ । उसले परमात्मा र आत्माबीचको सम्बन्ध बुझ्न सक्छ । शरीर र आत्मा बीचको सम्बन्ध पनि बुझ्न सक्छ । क्षर, अक्षर र पुरुषोत्तम भनेको शरीर, आत्मा र परमात्मा नै हुन् । यिनै तीन तत्वको ज्ञान नै आध्यात्मिक ज्ञान हो, मुक्तिको ज्ञान हो । हामीले पहिलो चरणमा

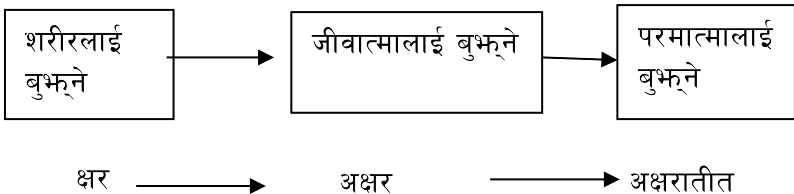
शरीर बुझ्नु पर्छ। दोस्रो चरणमा जीवात्मा बुझ्नु पर्छ। जब अक्षर कुरा बुझियो तब परमात्मा अथवा पुरुषोत्तमलाई बुझ्न सक्छौं।

शरीर नबुझी जीवात्मा बुझ्न सकिदैन । जीवात्मा नबुझी परमात्मा बुझ्न सकिदैन। क्षर, अक्षर र अक्षरातीत सबै हामी भित्र नै छन् । आध्यात्मिक संसार भनेकै मन भित्रको संसार हो । अर्जुनले विश्वरुपको जुन दर्शन पाउनु भयो त्यो उहाँको मनभित्रको अध्यात्मिक संसारमा पाउनु भएको हो । हामीले शरीर, आत्मा र परमात्मालाई बुझ्नुपर्छ । त्यो शरीर भित्रको संसार उहाँले वाह्य आँखाले होइन, आन्तरिक आँखाले देख्नु भएको हौ ।

आठौ पटक भगवत गीताको अध्ययन गर्दा ज्ञानको चश्माबाट हेर्ने कोसिस गरे। शरीरलाई इन्दियहरुले नियन्त्रण गर्छन्। शरीर र इन्द्रिय बीचको सम्बन्ध बुझेपछि मात्र क्षर शरीरलाई पूर्ण रुपले बुझ्न सकिन्छ । इन्द्रियले सधै तृष्णा जगाई राख्छन् । क्षर शरीरले सधै उपभोगको चाहाना राख्छ । यो क्षर शरीर बुझेपछि मात्र मन बुझ्न सकिन्छ । इन्द्रियजन्य चाहानाहरुलाई कहिल्यै परिपूर्ति गर्न सकिदैन् । त्यही इन्दियजन्य चाहानाकै कारण मानिसमा लोभ, मोह, द्वेष, घमण्ड र अज्ञानता उत्पन्न हुन्छ । यी ५ वटा विषहरुले हाम्रो हृदय र मनमा अपवित्रता बढाउँछन् । अपवित्रता र इन्द्रियबीचको सम्बन्ध बुझ्न आवश्यक छ। जति इन्द्रियहरु अनियन्त्रित हुँदै जान्छन् त्यति नै मन र हृदयमा अपवित्रता बढ्दै जान्छ। त्यसैले हृदयमा अपवित्रता हटाउने हो भने शरीर र इन्द्रियहरुलाई नियन्त्रण गर्न जरुरी छ।

चित्र ६ आध्यात्मिक विकास

उद्देश्य



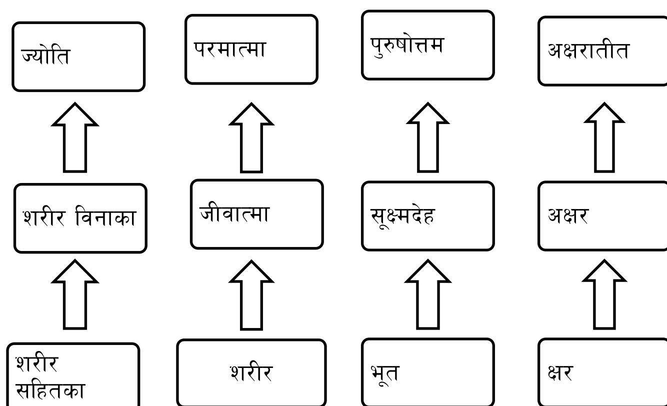
अक्षर अथवा शरीर नभएको आत्मालाई पनि बुझ्न जरुरी छ । अक्षर आत्मा अर्को शरीर धारण नगर्ने हो भने त्यो आत्मा मुक्ति हुन्छ । अक्षर आत्माले शरीर धारण गर्ने कि नगर्ने, ती हाम्रा आफ्नै कर्महरुबाट निश्चित गरिन्छ । धेरै धेरै पवित्र कर्महरु गरियो भने आत्माले मुक्ति पाउँछ । उसले जन्म, सुख, दुःख, विरामी, बुढ्याई, मृत्यु व्यहोर्नु पर्दैन । जसको मनमा धेरै अपवित्रता र थोरै मात्र पवित्रता छन् भने पनि शरीर धारण गर्नु नै पर्छ र जन्म, मृत्यु, सुख, दुःख, विरामी र बुढ्याँई भोग्नै पर्छ । तसर्थ क्षर शरीरले नै अक्षर धाम पुऱ्याउने हो वा होइन त्यो निश्चित गर्दछ । भगवानले हाम्रो पवित्र कर्मलाई नजरअन्दाज गर्न सक्नुहुन्न । न त अपवित्रता वा पाप नै पखाल्न सक्नुहुन्छ । अपवित्रता छ भने उसले शरीर धारणा गर्नै पर्छ । जन्म, मृत्यु, दुःख, विमार, बुढ्याई भोग्नै पर्छ । तसर्थ परमात्माले नै अक्षर वा क्षर प्राणी बनाउने होइन। त्यो हामीमै निर्भर रहन्छ । आफूले जानीजानी अपवित्र र पाप कर्म गऱ्यौं अनि क्षणिक भगवानमा भक्ति गऱ्यौं भने ती अपवित्रताका थेग्लाहरु हाम्रो हृदयमा रहन्छन् नै । यसबाट भगवानले चाहेर पनि मुक्ति प्रदान गर्न सक्नुहुन्न । अथवा अक्षर प्राणी बनाउन सक्नुहुन्न । भगवानको राज्यमा न्याय हुन्छ, चाकरी चल्दैन, न त घुसले नै काम गर्छ । लाख रुपैया अपवित्र कर्मबाट प्राप्त गर्ने अनि हजार रुपैया पवित्र कर्ममा लगाउने हो भने त्यो अपवित्रताको फोहर कहिल्यै पखालिदैन । मानिसले अरुलाई ढाँट्न सक्छ तर आत्मालाई ढाँट्न सक्दैन । त्यस्तो क्षर शरीरले पुनः क्षर नै भएर दुःख भोग्नु पर्छ । अथवा भूत शरीर पुनः भूत भएरै जन्म, सुख, दुःख, जरा, मरण भोग्नु पर्छ ।

पवित्र कर्म, ध्यान, योगबाट क्षर शरीरलाई अक्षरमा रुपान्तरण गर्न सकिन्छ । त्यसैले यस चरणको अध्ययनबाट मलाई बोध भयो कि आफूलाई क्षर प्राणी वा अक्षर प्राणी कस्तो बनाउने हो त्यो हामीमै निर्भर रहन्छ । भगवानमा निर्भर रहदैन् । वहाँ त निर्गुण, निरन्जन, निराकार हुनुहुन्छ । वहाँले पक्षपात गर्नुहुन्न । पवित्र कर्म गरियो भने अक्षर प्राणी हुन्छौं । अक्षरधाममा हाम्रो बासस्थान बन्छ । यदि अपवित्र कर्म गर्दै गयौं भने शरीर लिएर पुनः जन्म, सुख, दुःख, जरा, मरण भोग्नु पर्छ ।

अक्षर प्राणीमा धेरै चेतना हुन्छ । यो परमात्मा सँग जोडिएको हुन्छ । त्यसले पनि परमात्मामा समाहित हुन भक्ति गर्छ । अक्षर प्राणी

क्षर शरीर भएका आत्मा र परमात्मा दुवैसँग जोडिएको हुन्छ। क्षर शरीर लिएर भगवान राम, कृष्णले यो पृथ्वीमा आउनु भयो र मानिस जस्तै जन्म, मृत्यु, सुख, दुःख, विरामी भोग्नु भयो । तर उहाँहरुले मानिसलाई शिक्षा दिन, उपदेश दिन शरीर धारण गरेर आउनु भएको हो । हामीले चाहिँ कर्मको फलस्वरुप शरीर धारण गरिरहेका छौं। त्यसैले भगवानको शरीर र हाम्रो शरीरको उद्देश्य फरक छ।

चित्र ७: क्षर, अक्षर र अक्षरातीतको संम्बन्ध



अक्षर अथवा कहिल्यै ननाशिने तत्व ब्रह्म हो। अक्षरधाममा कर्म नहुने हुँदा त्यहाँ भौतिकवादी कुनै काम कर्तव्य हुँदैनन् । केबल आध्यात्मिक कार्य मात्र हुन्छ। त्यहाँ केबल ध्यान हुन्छ र भक्ति हुन्छ। त्यसैले अक्षर तत्व बुझ्न जरुरी छ। अक्षर तत्व बुझेपछि र साधना गरेपछि मानिसले जन्म, मृत्यु, बुढ्याईबाट मुक्ति प्राप्त गर्छ अथवा ऊ माया तत्वबाट अथवा मिथ्या वस्तु र सम्बन्धबाट अलग हुन्छ। ब्रह्म तत्वसँग नजिक हुन्छ अथवा ब्रह्मतत्व बुझ्छ। परम बह्मलाई बुझेपछि क्षर शरीर लिनु पर्दैन।

पुरुषोत्तम भनेको परमात्मा वा परमब्रह्म हो। ऊ नै क्षर, अक्षर प्राणीको पनि स्रोत हो। चेतना र पदार्थ अथवा आध्यात्मिक र भौतिकवाद

दुवैको स्रोत हो । यस्तो परमब्रह्मको कुनै आकार छैन, उनी गुण दोषबाट मुक्त छन् । अक्षरलाई अव्यक्त पनि भनिन्छ । यो यस्तो अवस्था हो जहाँ पुगेपछि पुनः त्यो पृथ्वीमा फर्कनु पर्दैन । त्यो अक्षरधाम नै उच्चधाम हो।

अक्षर प्राणीमा पनि चेतना बृद्धि हुँदै जान्छ किनकि उसले पनि आध्यात्मिक कर्म गरिरहेकै हुन्छ र परमब्रह्ममा समाहित हुन व्याकुल हुन्छ । परमब्रह्म भन्नु, परमात्मा भन्नु र अक्षरातीत कृष्ण भन्नु सबै एउटै कुरा हुन् । जब मानिसले पुरुषोत्तमलाई बुझ्दछ साधना गर्छ र त्यहाँ पुग्ने बाटो चिन्दछ । शरिरले मन परमब्रह्ममा लगाई कर्म गर्छ भने उसले अक्षरधामा बास पाउँछ तसर्थ कर्मबाट पनि मुक्ति प्राप्त गर्न सक्छ ।

अध्याय १४

आफैमा सबै र सबैमा आफू

सर्वभूतस्थमात्मानं सर्वभूतानि चात्मनि ।
ईक्षते योगयुक्तात्मा सर्वत्र समदर्शनः ॥ ६।२९

भगवत गीताको सन्देश मध्ये आफूमै सबै देख्नु र सबैमा आफू देख्नु नै ज्ञान हो । पहिलो पटक भगवत गीता अध्ययन गर्दा मलाई लाग्यो सबै प्राणीमा समान दृष्टिकोण राख्नु अथवा आफूले जस्तो अपेक्षा गरिन्छ त्यस्तै अरु प्रति पनि व्यवहार गर्नु नै आफैमा सबै र सबैमा आफू देख्नु हो भन्ने कुरा बुझेँ । जसले विद्या र अविद्या बीचमा फरक छुट्याउन सक्छ, उसले आफैमा सब र सबैमा आफू देख्छ । सबै देहधारी प्राणीहरु श्रीकृष्ण स्वयंले सृजना गर्नु भएको हो । उहाँ नै परमब्रह्म र परमात्मा हुनुहुन्छ । तसर्थ, सबै प्राणीमा उहाँले जीवात्मा राखिदिनु भएको छ र चेतना दिनुभएको छ ।

दोस्रो पटक पुनः सोही श्लोक अध्ययन गर्दा बोध भयो सबैमा आफू देख्नु भनेको प्रकृति बुझ्नु हो । आफैमा सबै देख्नु भनेको परमब्रह्म वा परमात्मा वा पुरुषात्ततमलाई बुझ्नु हो । छोटकरीमा भन्नु पर्दा जसले आफूभित्र नै सबै तत्व छ भनेर बुझ्छ उसले ‘पुरुष’ लाई बुझ्छ । योग र ध्यानबाट आफूभित्र नै “पुरुष” तत्व छ भन्ने ज्ञान हुन्छ । जसले ‘पुरुष’ तत्व बुझ्छ उसले विद्या बुझ्दछ । अथवा पुरुषतत्व जुन निराकार छ, सर्वशक्तिमान छ त्यो आफुभित्र नै रहेको अनुभव योग र ध्यानबाट बोध गर्न सकिन्छ ।

तेस्रो पटक पुनः सोही श्लोकलाई अध्ययन गर्दा मैले गुणतत्वको आधारमा आफूमा सबै र सबैमा आफू भन्ने वाक्याँशलाई बुझ्ने प्रयास गरे । सबै प्राणीमा सत्व, रज र तम गुण रहन्छन् । सबै प्राणीमा कुनै एक गुण प्रधान हुन्छ तर पनि उसमा अरु दुई गुण पनि विद्यमान रहन्छन्

। कसैमा सत्वगुण प्रधान छ भने उसले सबैमा आफू र आफूमै सब छन् भन्ने अनुभव गर्न सक्छ । त्यसले सात्विक चरित्र प्रदर्शन गर्दा गर्दै पनि उसमा रजोगुण लुकेर रहेको हुन्छ । त्यसैले 'यश' मैले पाउँ भन्ने चाहाना हुन्छ । तसर्थ सात्विक हुँदा हुँदै पनि रजोगुण मनभित्र लुकेर वास बसेको हुन्छ । तसर्थ जसरी अरु व्यक्तिमा रजोगुण छ, मसँग पनि त्यो गुण छ भन्ने बुझ्नु पर्छ । मसँग जुन सत्गुण छ, त्यो गुण अरुसँग पनि छ । त्यसैले आफू सबैमा हुनु भनेको आफ्नो गुण अरु सबैमा हुनु हो । त्यस्तै अरुको गुण पनि म भित्र छ भन्ने बोध हुनु हो । एकजना ज्यानमारा वा हिंस्रक व्यक्तिलाई देख्दा मनमा छुट्टै किसिमको अनुभव हुन्छ र शरीरका रौ ठाडा हुन्छन् । आफूमा डर र अशान्तिको भावना पलाउँछ, जब हामी साधु, सन्त र भिक्षुहरु देख्छौं । तब मनमा शान्ति र आनन्दको संचार हुन्छ । यो भावना आउनु भनेको आफूमा अरु नदेख्नु र अरुमा पनि आफू नदेख्नु हो । जब म सँग पनि तामसी गुण छ अथवा अरु सँग पनि सत्गुण छ भन्ने बोध हुन्छ त्यस्तो अवस्थामा हिंसक र साधु देखेमा कुनै फरक आउदैन । यो शरीरले गर्ने कर्मको आधारमा अरु र आफूबीच फरक देख्छ । जब सबैमा आत्मा देख्छ । भूत नाशवान शरीर भित्र हेर्न थाल्छ । तब उसले आत्मातत्व बुझ्न थाल्छ । सबै आत्मा समान देख्छ आफूमा सबै र सबैमा आफू देख्न थाल्छ ।

चौथो पटक पुनः त्यही श्लोकको अध्ययन गर्दा छुट्टै कुरा बोध भयो । ध्यानमग्न भएपछि मानिसले आफूभित्र आत्मा र परमात्मा देख्छ । जति ध्यानमा डुब्दै जान्छ उति उसले भूत शरीर छाड्दै आत्मा तत्वलाई समाउँदै जान्छ । जब आत्मातत्वको बोध हुन्छ, तब सबैमा आत्मातत्व देखिन्छ । सबैमा परमात्माको तत्व पनि देखिन्छ । आत्मा परमात्मा कै अंश हो । आत्मा र परमात्मा दुबै साझा तत्व हुन् । तसर्थ सबै प्राणीमा यी तत्व विद्यमान हुन्छन् । मसँग पनि छ, ब्राह्मणसँग पनि छ, गाईसँग पनि छ र चण्डालसँग पनि छ । तसर्थ आत्मा र परमात्मा बुझेपछि व्यक्तिले साधु र चण्डालबीच समानता देख्छ । त्यो चण्डाल भित्र पनि आफू पाउँछ र आफूभित्र पनि चण्डाल पाउँछ । वास्तवमा ब्राह्मण वा चण्डाल प्रवृति र गुण हुन्, ती म संग पनि छन् र तपाईसंग पनि छन् । यो साधनामा निर्भर रहने कुरा हो । जब मानिस आत्मातत्वसँग नजिक हुन्छ र भूततत्व बाट टाढिदै जान्छ । तब आफूभित्रै सबै तत्व पाउँछ ।

त्यस्तो व्यक्तिमा लोभ, मोह र क्रोध र घमण्ड नै हुदैन । किनकि उ आत्मज्ञानले युक्त भएको हुन्छ । सानो त्यान्द्रोले मात्र उसले बाहिरी संसारसँग सम्बन्ध जोडेको हुन्छ ।

यसै प्रक्रियामा व्यक्तिले आफूभित्र आत्मा र परमात्मा तत्व देख्छ । चण्डालभित्र पनि त्यही आत्मा र परमात्माको तत्व देख्छ । साधुभित्र पनि त्यही आत्मा र परमात्माको तत्व नै देख्छ । आत्मा र परमात्मामा फरक देख्दैन, एउटै देख्छ । त्यसले आफू र अरुबीच अन्तर देख्दैन । साधु र चोरबीच अन्तर देख्दैन । सिह र गाई बीच पनि अन्तर देख्दैन । उसले अनेकमा एकत्व र एकत्वमा अनेक देख्छ ।

अचेतन अवस्थामा पनि साधु र चोर बीच, गाई र भैसीबीच, चण्डाल र ऋषि बीच समानता देखिन्छ । सानो बच्चाले सर्प दिए पनि समाउँछ । डोरी दिए पनि समाउँछ । कारण त्यहाँ सर्प र डोरी बारेमा उ अनभिज्ञ छ । अज्ञानी छ । जो अज्ञानताको कारण हुने सम दृष्टिकोण, समभाव, सम व्यवहार हो ।

जब हामी अविद्या बुझ्छौं । अनि हामी साधु र चोर, गाई र भैसी, सत्वगुण र तमोगुण छुट्याउछौं जुन अल्पज्ञानी अवस्था हो । अथवा त्यो अज्ञ हुनु हो । चोर देख्दा र साधु देख्दा विषम भाव पैदा हुनु हो । चोर डाँका देख्दा अशान्ति हुनु, दुःखको अनुभूति हुनु र साधु देख्दा शान्ति र आनन्द प्राप्त हुनु द्वन्दात्मक अवस्था हो । त्यो अल्पज्ञानको परिचायक हो ।

विद्या प्राप्त भएपछि र गहन साधना भएपछि आत्मज्ञानको बोध हुन्छ । उसले पुनः साधु र डाकाबीच, गाई र सिंहबीच, चण्डाल र विद्वानबीच भेद देख्दैन । पहिला बाल्यकालमा अज्ञानताको कारणले समदृष्टि र समभावना थियो भने अहिले चेतना सहितको प्रौढ समदृष्टि र समभावना हो । चेतनासहितको समभाव आध्यात्मिक क्षेत्रको विषय हो, जसले मानिसलाई अमर बनाउंछ ।

जति जति अविद्या बढ्यो त्यति नै असमानताको बृद्धि हुन्छ । असमानता घटाउने हो भने अविद्या घटाउने र विद्या र साधना बढाउनु पर्छ । जब मानिस पूर्ण विद्यामा डुब्छ तब पूर्ण समानता सम्भव हुन्छ । विद्यामा डुब्नु भनेको पढ्नु होइन, साधना गर्नु हो । प्राप्त ज्ञान र प्रज्ञालाई

व्यवहारमा उतार्नु हो । किताबबाट प्राप्त ज्ञानले असमानता हटाउदैन बरु बढाउँछ । कथित पण्डित ज्ञानमा पोख्त हुन्छन् तर त्यो ज्ञानलाई व्यवहारमा उतार्दैनन् ।

चित्र ७: अविद्या र विद्या

अज्ञानता →	अविद्या →	विद्या
शरीर →	भौतिक पदार्थ →	आत्मा र परमात्मा
अज्ञानताको समभाव →	अल्पज्ञानको, असमानता →	चेतना सहितको समभाव

सही पण्डित अथवा विद्वान थोरै ज्ञान लिन्छन् र त्यसलाई व्यवहारमा उतार्छन् । पढाइ भन्दा बढी साधना गर्छन् । जसले जति बढी साधना गऱ्यो त्यति नै मात्रामा समदृष्टि, समभाव, समविचार र सम व्यवहार बढ्दै जान्छ । अर्को अर्थमा असमानता हट्छ । निरपेक्ष समानता चाहि परमेश्वरको राज्यमा मात्र हुन्छ । जहाँ गाई र भैसीबीच समान व्यवहार हुन्छ । विद्वान र मूर्खबीच समान व्यवहार हुन्छ किनकि परमेश्वर/परमात्माले गाई र भैसी चिन्नु हुन्न, विद्ववान् र मूर्ख पनि चिन्नु हुन्न । चण्डाल र ब्राह्मण पनि चिन्नु हुन्न । उहाँले त आत्मा मात्र चिन्नु हुन्छ । आत्मा सबैको एउटै हुन्छ । सबै जीवात्मा परमात्माकै अंश हुन् । तसर्थ परमात्माले जीवात्मा चिन्छ र निर्मल जीवात्मा परमात्मामा समाहित हुन्छन् । अपवित्र बनाइएका आत्माले चाही भूत अथवा शरीर धारण गर्दछ । परमात्माले गुण र अवगुण कुनै लिदैनन् किनकि उहाँ सबैको स्रोत हो । वहाँले कसैप्रति सकारात्मक वा नकारात्मक विभेद गर्नु हुन्न । कसैले परमेश्वर भनेको के हो ? भनेर सोध्दा दिइने साझा उत्तर भनेको “समानता” हो । वास्तवमा चेतना सहितको समानता भनेको नै आत्मा हो । चेतना नै आत्मा हो । समानता नै आत्मा हो । तटस्थता नै आत्मा हो । समदृष्टि, समभावना, समविचार, समव्यवहार नै आत्माका गुण हुन् ।

अध्याय १५

अपरा र परा प्रकृति

प्रकृतिको सृष्टि परमेश्वरद्वारा नै गरिएको हो । त्यसैले मेरी प्रकृति भनेर भगवत गीतामा कृष्णले भन्नु भएको छ । प्रकृति र पुरुष दुवै अनादि हुन् । भगवत गीतामा प्रकृतिलाई दुई भागमा विभाजन गरिएको छ । जुन परिवर्तनीय छन्, ती परा प्रकृति हुन् । जुन अपरिवर्तनीय छन् ती अपरा प्रकृति हुन् । जुनसँग चेतना छ अथवा जीवन छ त्यसलाई परा प्रकृति भनिन्छ किनकि त्यो परिवर्तन भइरहन्छ, जन्मन्छन्, बुढो हुन्छन् र मर्छन् । परा प्रकृति अपरा भन्दा माथिल्ला प्रकृति हो ।

जो सँग चेतना छैन, त्यसलाई अपरा प्रकृति भनिएको हो । जसलाई भौतिक प्रकृति पनि भनिन्छ । जति पनि निर्जीव वस्तुहरु छन्, यिनीहरु भौतिक प्रकृति, दैवी प्रकृति अथवा अपरा प्रकृति हुन् । त्यो अपरा प्रकृतिलाई सञ्चालन गर्ने चेतना भएको प्रकृति भनेको परा अथवा जीव प्रकृति हो । परमेश्वरबाटै सृजना भएका हुनाले अपरा र परा दुवै प्रकृति भित्र पुरुष तत्व छ । दाउरा भित्र जसरी अग्नि तत्व लुकेर बसेको हुन्छ । अग्नि तत्वकै कारण दुईवटा दाउरालाई रगडियो भने अग्नि उत्पादन हुन्छ । जुन पृथ्वी, जल, अग्नि, वायु, आकाश, भौतिक प्रकृति तत्वकै कारण सम्भव भएको हो । ढुंगा, माटो, हावा, पानी, बादल, पृथ्वी, नक्षत्र, ग्रहहरु सबै अपरा प्रकृति अथवा भौतिक प्रकृति हुन् । यी सबैभित्र पुरुष तत्व लुकेर बसेको हुन्छ । त्यसैबाट भौतिक र आध्यात्मिक उर्जा उत्पादन हुन्छ । परा प्रकृतिले अपरा प्रकृतिको उपभोग गरिरहेको हुन्छ । अपरा प्रकृतिले जीवलाई बचाई रहेका हुन्छन् । परमेश्वरले सृष्टि गरेकाले अपरा प्रकृतिभित्र पुरुषतत्व हुन्छ अथवा उर्जा हुन्छ । परा प्रकृति अथवा जीव पनि परमेश्वरले नै उत्पन्न गर्नु भएकाले र ती भित्र पुरुष तत्व हुन्छ । त्यसैले हरेक जीवमा चेतना हुन्छ । चेतना पदार्थबाट उत्पन्न हुने कुरा होइन । यो त ब्रह्मतत्व वा पुरुषतत्वका कारण उत्पन्न हुन्छ ।

दोस्रो चरणमा भगवत गीताको अध्ययन गर्दा गुणतत्व प्रकृतिबाट उत्पत्ति भएको बोध भयो । लोभ, मोह, द्वेष, घमण्ड सबै गुणतत्वबाटै उत्पत्ति भएका हुन् । यी सबै गुणहरु परा प्रकृति भित्रै छन् । पदार्थ देखेर अथवा पदार्थको संसर्ग आएपछि मानिसमा लोभ, मोह र घमण्ड उत्पन्न हुन्छ भन्छन् तर त्यो सत्य होइन । लोभ, मोह, जीव प्रकृति अथवा परा प्रकृतिबाटै उत्पन्न हुन्छन् । लोभ, मोह वस्तुमा होइन मनमा हुन्छन् । त्यसैले मन पनि प्रकृतितत्व नै मानिन्छ ।

तेस्रो चरणमा भगवत गीताको अध्ययन गर्दा परा र अपरा प्रकृति एक अर्कामा निर्भर हुन्छन् भन्ने थाहा भयो । जीव प्रकृति अथवा परा प्रकृति भौतिक प्रकृति अथवा अपरा प्रकृति विना चल्न सक्दैन । हावा, पानी, ढुंगा, माटो, पृथ्वी सबै जीव धान्नकै लागि परमेश्वरले उत्पन्न गर्नु भएको हो । माटो, हावा, पानीबाट अन्न उत्पादन हुन्छ, त्यही अन्नले प्राणमय आत्मालाई पोषण प्रदान गर्छ । बोट विरुवाले पनि त्यही अपरा प्रकृतिकै उपयोग गर्छ । ढुंगा, काठबाट अग्नि उत्पादन हुन्छ । त्यही अग्निबाट अन्न पाक्छ । धेरैले नदी नाला, मेघलाई जीवित मान्छन् कारण यिनीहरु गतिशील हुन्छन् । त्यसैले पृथ्वी, नदीनालालाई माताकै रुपमा लिइन्छ । यिनीहरुबाटै जीवहरु बाँचिरहेका छन् ।

अर्कोतर्फ भौतिक वा अपरा प्रकृति पनि परा प्रकृतिमा निर्भर रहन्छन् । यदि जीव नहुने हो भने अपरा प्रकृतिले केही गर्न सक्दैन । यो आफै गतिशील हुन सक्दैन । ढुंगा, माटो, हावा, पानीमा चेतना नभएकाले आफूभित्रको पुरुषतत्वको बोध हुँदैन । परमेश्वरकै सृष्टि भएपनि उसले आफूभित्रको पुरुषतत्व चिन्न सक्दैन । त्यो शक्तिलाई प्रस्फुटन गराउन मानिस अथवा जीव प्रकृतिको आवश्यकता पर्छ । परा प्रकृतिमा चेतना हुँदा उसले भौतिक प्रकृतिको सदुपयोग गर्न सक्छ ।

चौथो पटक भगवत गीता अध्ययन गर्दा परा र अपरा प्रकृति बीचको सम्बन्ध खोतल्न कोसिस गरे । पुस्तकबाट प्राप्त ज्ञानलाई ध्यानसँग जोड्ने कोसिस गरेँ । मानिसमा चेतना वा प्राण रहन्जेल त्यो परा प्रकृति भयो । जब प्राण छुप्यो त्यो अपरा प्रकृतिमा रुपान्तरण हुन्छ । त्यही अपरा प्रकृति भित्रको पुरुषतत्वकै कारण पानी भित्र माछा र जलचर प्राणीको उत्पत्ति हुन्छ अथवा अपरा प्रकृति परामा रुपान्तरण हुन्छ । हावा, पानी र बीउबाट धान, मकै उत्पन्न हुन्छन् । त्यो अपरा

प्रकृतिबाट परा प्रकृतिमा रुपान्तरण भयो । विद्धवान व्यक्तिले हरेक परा प्रकृतिलाई अपरा र अपरा प्रकृतिलाई परा प्रकृति देख्छ । किनकि परा प्रकृति विना अपरा प्रकृतिको उपयोग हुँदैन र अपरा विना पनि परा प्रकृति चल्न सक्दैन ।

त्यसैकारण नदी, हावा, पानी, मेघ, जंगल सबैलाई प्राण भएका अथवा चेतना भएका माता र पिता सरह मान्छन् ।

पांचौ चरणमा अपरा प्रकृति (नदी) ले परा प्रकृतिलाई गतिशील बनाउन सहयोग गर्छे । संसारमा जति पनि विकास भएका छन् ती सबै नदी किनारमै विकसित भएका छन् । नदी हेदा हेर्दै जीवनमा पराक्रम बढ्छ । नदीले विरामी व्यक्तिलाई उपचार गरिदिन्छ र क्रियाशील बनाउँछ । हावा पानीविना प्राण रहदैन । यही हावा पानी लगायत पंचतत्वले हाम्रो शरीर बनेको छ । जंगल अपरा हुँदा हुँदै परा प्रकृति हो । यसले चराचुरुङ्गी वन्यजन्तुको उत्पादन गर्न सहयोग पुऱ्याउँछ । समुद्र अपरा प्रकृति हुन् । यी दुवैले परा प्रकृतिलाई सहयोग पुऱ्याउँछन् । समुद्रले धेरै जीवहरुलाई पुरुषतत्वको सहायता लिई उत्पत्ति गर्छे । जीव प्रकृतिलाई पालन पोषण गर्छे । तसर्थ अपरा प्रकृतिले परा प्रकृतिलाई सहयोग पुऱ्याउँछे ।

परा प्रकृतिले लोभ, मोह र द्वेष र घमण्डको उत्पादन गर्छ । त्यसैले भौतिक उन्नति सम्भव हुन्छ । त्यही जीवमा परा प्रकृति भित्र लुकेर रहेको पुरुष तत्वकै कारण वा ज्ञानका कारण व्यक्तिमा रहेको लोभ, मोह, द्धेष, अज्ञानता र घमण्डको विष घटाउँछ अथवा मन र ह्रदयमा रहेको फोहोरलाई हटाउछ ।

छैटौं चरणमा पुनः परा र अपरा प्रकृतिबीचको सम्बन्ध भन्दा पनि परमेश्वर र परा वा अपरा प्रकृतिबीचको सम्बन्ध नियाल्ने कोसिसगरैं । परा प्रकृति भित्रको चेतना परमेश्वरबाट प्रदान गरिएको हो । अपरा प्रकृति भित्रको उर्जा अथवा अग्नि, विद्युत, चुम्बक, प्रकाश, ताप सबै परमेश्वरबाटै राखिएका हुन् । अथवा यी सबै पुरुषतत्वकै कारण क्रियाशील हुन्छन् । यस अर्थमा परा र अपरा दुवै शक्तिको मूल स्रोत भनेको परमेश्वर नै हुन् । परमेश्वरलाई नजानी केबल परा र अपरा प्रकृति मात्र बुझ्नु भनेको सूर्यलाई नबुझी अग्नि बुझ्न खोज्नु जस्तै हो । यस चरणको अध्ययनमा मैले परमेश्वर अथवा श्रीकृष्ण नै अन्तिम

शक्तिको स्रोत हुन् भन्ने बोध भयो । ईश्वर नमान्ने व्यक्तिहरु यही महत्त प्रकृति नै अन्तिम शक्ति र अन्तिम सत्य मान्छन् भने ईश्वर मान्नेहरुका लागि परमेश्वर नै अन्तिम शक्ति र अन्तिम सत्य हो ।

परा भनेको आध्यात्मिक प्रकृति हो र अपरा भनेको भौतिक प्रकृति हो । भौतिक प्रकृतिलाई गतिशील बनाउन आध्यात्मिक प्रकृति जरुरत पर्छ । मेघ आफै चल्न सक्दैन । यसलाई आध्यात्मिक प्रकृतिले क्रियाशील गराउँछ । दुवै प्रकृतिलाई परमेश्वरले सञ्चालन गर्नु हुन्छ । एकातर्फ भौतिक प्रकृतिबाट गुण उत्पन्न गराई मानिसहरुलाई लोभ, मोह, द्वेष, घमण्ड र अज्ञानता बढाई भौतिक प्रकृतिको सम्भार गर्नुहुन्छ । अर्कोतिर परमेश्वरले आध्यात्मिक प्रकृतिबाट आध्यात्मिक उर्जाको उत्पादन गरी मानिसलाई विवेकी बनाउनु हुन्छ । आध्यात्मिक प्रकृतिभित्र बढी पुरुषतत्व हुन्छ जसले आध्यात्मिक चेतनाको संचार गराउँछ । प्रकृतितत्व नभए पुरुषतत्व बस्न सक्तैन किनकि प्रकृतितत्व भित्रै पुरुषतत्व बस्छ । पुरुषतत्वले मानिसलाई चेतनशील बनाउँछ । आध्यात्मिक उर्जाको कारण परा र अपरा प्रकृतिबीचको सम्बन्ध बोध हुन्छ । यी दुवै प्रकृतिको सम्भार गर्ने श्रीकृष्ण (परबह्म) लाई बुझ्नु निष्काम कर्म गर्नु, उहाँमै ध्यान केन्द्रित गर्नु र उहाँमै भक्ति बढाउनु नै यी दुई प्रकृति र पुरुष भन्दा परको अन्तिम सत्यको बोध गर्न अगाडि बढ्नु हो ।

अध्याय १६

कर्म र सन्यासबीच सन्तुलन र समन्वय

कर्म र कर्मसन्यास बीचको असल समन्वय नै भगवत गीता हो । कर्म र कर्मसन्यास घाम र बादल जस्तै हो । अहिले घाम लाग्छ । केही छिन पछि बादल लाग्छ, । अनि फेरी घाम लाग्छ । घाम मात्र लाग्ने हो भने चाहिने भन्दा बढी गर्मी हुन्छ त्यसैले शीतल प्रदान गर्न बादल लाग्छ । कर्म मात्र हुने हो भने मानिस मेसिन बन्न पुग्छ । कर्मसन्यास भनेको ज्ञान हो । सकाम कर्म भनेको ज्ञानलाई छोप्ने बर्को हो । भगवत गीतामा नै चारै योगहरुबीच सन्तुलन र समन्वय छ । पहिला ६ अध्यायहरुमा यिनै ४ योगहरुको विस्तृत व्याख्या र विश्लेषण गरिएको छ । वास्तवमा अध्याय २ सांख्ययोग (सार संक्षेप) देखि अध्याय ६ ध्यानयोगसम्म प्रत्येक योगको सर्वोच्चता स्वीकारिएको छ । सांख्ययोग अध्ययन गर्दा ज्ञान नै सर्वोच्च योग हो जस्तो लाग्छ । कर्मयोग पढ्दा, साधना गर्दा, कर्म नै सर्वोच्च, ध्यानयोगमा प्रज्ञा र ज्ञानको सर्वोच्चता अनुभूती हुन्छ भने अध्याय १२ मा भक्तियोग पढ्दा यो नै सर्वोच्च योग हो जस्तो लाग्छ ।

कसैले अमेरिकी संविधान पढ्दा राष्ट्रपतिको अधिकार र कर्तव्य हेर्दा कार्यकारी सर्वोच्चता देखिन्छ । उनले सांसदबाट पारित विधेयक माथि समेत भीटो प्रयोग गरी फर्काउन सक्छन् । न्यायपालिका पढ्दा संसदबाट पारित र राष्ट्रपतिद्वारा अनुमोदन भएको कानुनलाई समेत समिक्षा गरी बदर गरिदिन सक्छ । त्यस्तै लोकतन्त्र भनेको जनताका प्रतिनिधिहरुले जनतामाथि शासन गरिने व्यवस्था हो । सिनेट र तल्लो सदन दुवै क्रमशः राष्ट्र र जनताका प्रतिनिधिको सर्वोच्च निकाय हो, त्यसैले त्यहाँ संसदीय सर्वोच्चता छ । यी तीन निकायबीच एक अर्कामा नियन्त्रण र सन्तुलन छ । त्यस्तै गरी कर्मयोग सांख्ययोग बिना कानो बन्न पुग्छ भने सांख्ययोग कर्मयोग बिना लङ्गडो बन्छ । सांख्यले चेतना प्रदान गर्छ भने त्यो चेतनालाई कर्मयोगले मूर्त रुप दिन्छ । सांख्ययोग र कर्मयोग एक अर्कालाई प्रतिस्थापन गर्ने विद्या होइनन् बरु एक अर्काका परिपूरक हुन् । कर्मयोग प्रवृति मार्ग हो भने सांख्य निवृति मार्ग । दुवै

मार्गबाट पुग्ने अन्तिम गन्तव्य भनेको परमेश्वर बस्ने स्थान परमधाम/वैकुण्ठलोक, गोलोक, हिरण्यगर्भ वा ब्रह्मलोक जे भने पनि त्यो एउटै स्थान हो ।

परमात्मा र जीवात्माबीच असल संयोजन र समन्वय हुन्छ । संसारमा खरबौं प्राणीका जीवात्मा र एक परमात्माबीच कसरी समन्वय हुन्छ ? त्यो अहंम् प्रश्न हो । जीवात्मा परमात्माको अंश हुँदाहुँदै पनि यो स्वतन्त्र हुन खोज्दछ अथवा प्रकृति तत्वमा भुल्न खोज्दछ । तर उसँग पुरुषतत्व भएकै कारण पुरुषतत्वले प्रकृतिबाट फर्काएर पुनः ब्रहमतत्वतिर लिएर आउँछ । जसको कारण खरबौं जीवात्मा र परमात्माका बीच समन्वय हुन सकेको छ । प्रकृतितत्व प्रधानता भएका कारण लोभ, मोह, द्वेष, अज्ञानता र घमण्ड बढेर जान्छ । त्यसैले भौतिक संसारमा धेरै सुपरभाइजरहरु राख्नु परेको हो । यही कुराहरु नहुने हो भने समन्वय आपसे आफ विकसित हुँदे जान्छ । अध्यात्म ज्ञान भनेको अरुको हित हुने कुरा हो । जब सबै जीवहरुले अरुको हित हुने काम कर्तव्य गर्छन् भने उनीहरुबीच द्वन्द हुँदैन । व्यक्तिगत स्वार्थ हुँदैन । घमण्ड हुँदैन । प्रेम हुन्छ । जब प्रेमको संचार सबैमा बढछ अनि क्रोध, मोह, लोभ कम हुँदै जान्छ । एक परमात्माले कसरी खरबौं जीवबीच समन्वय गर्न सक्नु हुन्छ ? उहाँले यसकारण समन्वय गर्न सक्नु हुन्छ कि सबै जीवामा पुरुष तत्व राखी दिनुभएको छ । अनि जीवात्मा स्वच्छन्द हुन खोज्ने वित्तिकै पुरुष तत्वले उसलाई नियन्त्रण गरिहाल्छ ।

यदि कुनै संस्थाको उद्देश्यको संचार तल्ला कामदारसम्मले बुझेका छन् र संस्थाको अपनत्व पनि तल्ला कामदारसम्म पुगेको छ भने र व्यक्तिगत स्वार्थभन्दा संगठनको वा संस्थाको स्वार्थ प्रधान हन्छ भने समन्वयमा कुनै कमि आउँदैन । जब लोभ, मोह, द्वेष, र घमण्ड बढ्छ अनि मात्र समन्वय र सन्तुलनमा कमी कमजोरी हुन थाल्छन् । जब अरु प्रति सोच्ने, अरुको सेवा गर्ने, अरुको हित हुने कर्महरु हुन थाल्छन् भने समन्वयको संयन्त्रमा ग्रिज थपिन्छ । जसको कारण कुनै बाधा अड्चन उत्पन्न नभई त्यो समन्वयको गाडी अन्तिम गन्तव्यसम्म पुग्न सक्छ ।

जीवात्मा अथवा परा प्रकृतिलाई हेर्‍यौं भने शरीरका एक अंगले अर्को अंगको लागि काम गरिरहेको थाहा पाउँछौं । रक्त संचार पद्धतिले

स्वास प्रश्वास पद्धति र पोषण पद्धतिलाई सहयोग गरिरहेको छ। पाचन प्रणालीले रक्तसंचार प्रणालीमार्फत खानेकुरा सबै अंग र शरीरमा पुऱ्याइरहेको छ। श्वास प्रश्वास प्रणालीले रगतलाई सफा गरी रक्तसंचार प्रणालीलाई सहयोग गर्दछ । स्नायु प्रणालीले सबै प्रणालीबीच सन्तुलन र समन्वय कायम गर्छ । जीव वैज्ञानिक आधारमा भगवत गीतालाई अध्ययन गर्ने हो भने मष्तिस्क परमात्माको गुण भएको अवयव हो भने अरु बुद्धि जीवात्माका गुण भएको अवयव हो । इन्द्रिय, मन र तृष्णा प्रकृतिजन्य हुन् । इन्द्रियहरु स्वच्छन्दता चाहन्छन् तर बुद्धि तत्वले तिनीहरुलाई नियन्त्रण गर्छ । यौन अंगहरु यौन चाहाना पूर्तिको लागि स्वच्छन्द हुन खोज्छन् तर बुद्धि तत्वले मन र इन्द्रियजन्य तृष्णालाई रोक्छ । यसरी हाम्रो शरीर असल समन्वयले चलेको छ। समन्वय विग्रनु भनेको विरामी हुनु हो। परमेश्वरको रचनामा असल समन्वय छ। जहाँ नियन्त्रण र सन्तुलन पनि छ ।

प्रकृति तत्वलाई हेर्ने हो भने परा र अपरा प्रकृतिबीच समन्वय छ। परा प्रकृतिले अपरालाई नियन्त्रण गर्न चाहन्छे तर पुरुषतत्वकै कारण परा प्रकृति सीमित हुन पुग्छे। पृथ्वी, हावा, पानी, बादल, आकाश, अपरा प्रकृति हुन् । यिनीहरुमाथि परा प्रकृति अथवा जीवले बढी उपभोग र नियन्त्रण गर्न चाहन्छन् तर अपरा प्रकृतिले थप जीव सृष्टी गरी वा नष्ट गरी समन्वय कायम गर्छे। मानिस र प्रकृतिकै कुरा गरौं न। बोटविरुवाले फल उत्पादन गर्छन् त्यो फल मानिस र जनावरले खान्छन् । जब हामी धेरै बोटविरुवाको फलहरु अन्नपात खान्छौं तब हामीलाई तिनै बोटविरुवाले राख्छन् । हामी मरेपछि हाम्रो शरीरलाई तिनै बोटविरुवाले खान्छन्।

प्रकृति, पुरुष र पुरुषोत्तम बुझ्ने हो भने समन्वय र सन्तुलन कायम गर्न सकिन्छ। प्रकृतिले गुण उत्पन्न गर्छे र मानिसलाई लोभी, मोही र क्रोधी बनाई दिन्छे। पुरुषतत्वले ज्ञान उत्पन्न गर्छ र लोभ, मोह र क्रोधलाई मथ्थर बनाइदिन्छ। पुरुषोतम् अथवा परमात्माले जब लोभ, मोह र क्रोध बढ्छ, अनि वैराग्यता बढाई दिनु हुन्छ। अथवा सांख्य ज्ञानका कारण सकाम कर्मयोगलाई सीमित गरिदिनु हुन्छ । जब व्यक्तिमा बढी वैराग्य वा सन्यासी भाव बढ्छ पुरुषोतम भगवानले कर्मयोग बढाई दिनुहुन्छ र मानिस सकाम र निष्काम कर्मयोग गर्छन्। त्यस्तै गरी संस्था वा संगठनका व्यक्तिहरुमा हृदयमा संस्थाका उद्देश्य र रणनीतिहरु रहने हो भने भौतिक संसारमा पनि असल समन्वय हुन्छा ।

अध्याय १७

कर्ता र अकर्ता

अधिष्ठानं तथा कर्ता करणं च पृथग्विधम ।
विविधाश्र्च पृथक्चेष्टा दैवं चैवात्र पंचमम् ॥ १८।१४

भौतिक दुनियाँमा व्यक्तिहरु भन्छन्– मैले यति धन कमाए, यति काम गरे, यति पढे, यति यज्ञ गरे, यति वर्ष पढाएँ आदि आदि । यो उ विर्सिन पुग्छ कि आफू कर्ता होइन केवल उपकरण वा माध्यम मात्र हो । न उसले पढाएको हो, नपढेको, नकमाएको हो, न गुमाएकै हो । उ त केवल टेलिभिजनको स्क्रिन मात्र हो । जव रिमोट थिचिन्छ उ कर्म गर्न थाल्छ । रिमोटको अर्को वटम थिचिने वित्तिकै उ पढ्न र पढाउन थाल्छ । तेस्रो वटम थिच्ने वित्तिकै उ दान र यज्ञमा व्यस्त हुन्छ । त्यसैले म कर्ता हुँ, मैले यो गरेको हो, मैले कमाएको हो, मैले दिएको हो, मैले पढाएको हो । जुन भन्छ त्यो सत्य होइन । सत्य चाही उसको आत्मा अकर्ता हो । उसले नपढेको हो, नपढाएको, न कमाएको न त गुमाएको नै हो । सत्य चाही उ माध्यम मात्र हो । उसले जति धन कमाएको हो, त्यो परमेश्वरले नै प्रदान गर्नु भएको हो । जति पढेको हो, त्यो पनि परमेश्वरले नै प्रदान गर्नु भएको हो । जति यज्ञ, दान, ध्यान आदि गरेको हो, त्यो पनि परमेश्वर कै अनुकम्पाबाट प्राप्त भएको हो । त्यसैले उ भौतिक रुपले कर्ता हुँदा हुँदै पनि उ वास्तविक रुपमा अकर्ता हो । किनकी त्यो उसको वसमा, नियन्त्रण र निर्देशनमा छैन ।

दोस्रो चरणको अध्ययनको क्रममा साँख्यका मत अनुसार बुझ्ने कोसिस गरे । अधिष्ठान अथवा स्थान महत्वपूर्ण हुन्छ । म काठमाण्डौंमा छु, त्यसैले पढ्ने मौका पाएँ र पढें । यदि मुगुमा भएको भए मैले पढ्न सक्दैनथे । आर्थिक क्रियाकलाप हुने ठाउँमा वसे, जहाँ वस्तु र जमिनको भाउ वढेको वढ्यै गर्‍यो अनि मैले थोरै परिश्रम गर्दा पनि २।४ करोड कमाउन सके । त्यही परिश्रम मैले ताप्लेजुङको कुनै दुर्गम स्थानमा गरेको भए कमाउन त परै जाओस, वस्तु र जमिनको मूल्यमा आएको गीरावटले

गुमाउन पुग्थे । तसर्थ मैले कमाएको होइन । परमेश्वरले राम्रो स्थानमा मलाई राखी दिनु भयो, जसको कारण २।४ करोड जम्मा भयो । तसर्थ त्यो कमाएको मैले होइन । परमेश्वरले प्रदान गर्नु भएको हो ।

जसले आफूलाई अकर्ता ठान्छ र सोही अनुसारको व्यवहार गर्छ, उ संसारिक बन्धनबाट मुक्त हुन्छ । जब व्यक्तिले सबै सत्कर्म परमेश्वरमा समर्पण गर्छ, परमेश्वरकै अनुकम्पाबाट आफूले कर्म गरेको ठान्छ । जति आर्जन भएको छ त्यो पनि परमेश्वर कै ठान्छ । जति धन सम्पत्ति छ त्यो पनि परमेश्वर कै हो भन्छ । जति विधा आर्जन गरेको छ, त्यो पनि परमेश्वरबाटै प्रदान गरेको ठान्छ । उ आफू केवल त्यसको रेखदेख गर्न खटिएको गोठालो मात्र ठान्छ । त्यसो गरेमा उ कर्ता हुँदा हुँदै पनि अकर्ता हुन्छ । उसमा लोभ, मोह र द्वेष हुँदैन, किनभने यो संसारमा उसको केही पनि छैन । केही कमाउनु पनि छैन । गुमाउन पनि छैन । अरु थोक त परै जाओस्, उसको शरिर पनि उसको होइन । यसबाट उ अकर्ता हुन पुग्छ । अकर्ता भए पछि उ कर्म बन्धनमा बाँधिएन । अकर्ता भएपछि न त पुण्यको लोभमा बाँधिन्छ न त पापको डरमा नै रहन्छ । उ पुण्य र पापबाट मुक्त हुन्छ । अकर्ता हुनु भन्न त सजिलो छ तर साधना गर्न कठिन छ । किनकी लोभ, मोह र द्वेषले मन भित्र जरा गाडेर बसेका हुन्छन् । चिन्छन भनेर लोभ, मोह र द्वेषले मखुण्डो लगाएर आउँछन् । तीनीहरुले नै म, मेरो, मपाई भन्न सिकाउछन् ।

तीनै लोभ, मोह र द्वेषले म कर्ता हुँ, यो मेरो हो, मैले कमाएको हो, मैले गरेको हुँ भन्न लगाउँछ । ब्यक्ति त्यसकै बसमा परेर म कर्ता हुँ भन्छ । अनि पुण्य र पापको चक्करमा पर्छ । कसैलाई सोध्नुहोस् तपाइर्ले पुण्य कर्म गर्नुभएको छ कि पाप कर्म ? कसैले पनि भन्दैन, मैले पाप गरेको छु । मैले पुण्यै पुण्य कमाएको छु भन्छ । जसले जति पुण्य कमाए भन्छ उसले त्यति नै पाप पनि कमाउँछ । अथवा उ कर्म बन्धनमा बाँधिन्छ । मानिस कर्म बन्धनबाट मुक्त हुन चाहन्छ भने उसले आफू कर्ता हुँदा हुँदै पनि अकर्ता बन्नु पर्छ । मनले नै कर्तालाई अकर्ता र अकर्तालाई कर्ता बनाउँछ । मन परमेश्वरमा लगाउदै काम गर्ने र अकर्ता हुँ भन्ने भावना लिई कर्म गरियो भने उ कर्म गरे पनि बन्धनबाट मुक्त हुन्छ ।

दोस्रो भिन्न भिन्न साधनका कारण मैले पढ्ने र पढाउने मौका पाएँ । विश्व विद्यालय पहुँच भएको कारण, असल शिक्षक पाएको कारण, विश्वविद्यालयमा पाठ्यपुस्तक र सन्दर्भ पुस्तक भएको कारण, मैले पढ्ने र पढाउने मौका पाएँ । पुस्तक र इन्टरनेटमा पहुँच भएको कारण पढ्न पाइयो । तसर्थ असल साधन भएको स्थानमा परमेश्वरबाट राखिदिनु भएकाले पढ्न र पढाउन पाइयो । अलैचीको अन्तराष्ट्रिय मूल्य बढेको कारण र जग्गाको मूल्य बढेको कारण पैसा कमियो । यदि त्यसो नभइदिएको भए गुम्ने थियो । असल संगत भएकाले दान, ध्यान र ज्ञानको साधना गर्न पाइयो । असल संगत नहुँदो हो त म पनि लागु औषधीको सेवनमा परिसकेको हुन्थे । तसर्थ म कर्ता होइन कर्ता त उपरवाला हुन जसले राम्रा साधनहरु प्रदान गर्नुभयो, सही ठाउँमा राखीदिनुभो र साध्यतिर लगाउनु भयो ।

तेस्रो, अनेक अनेक चेष्टाका कारण म कर्ता हुन पुगेको हुँ । मानिसमा cognitive skills सचेतनाको उच्च सीप परमेश्वरले नै प्रदान गर्नु हुन्छ । राम्रो सचेतन ग्रन्थी (pitutary gland) भएकै कारण भिन्न भिन्न चेष्टा गर्न सकियो । चेतनामा वृद्धि भयो अथवा सचेत हुन पुगियो । सचेतना ग्रन्थी कमजोर भएको भए सुस्त मस्तिष्कको हुन पुगिथ्यो । त्यस्तो भएको भए कम मात्र पढ्ने र पढाउने कार्य गर्न सक्थे होला । कम मात्र कमाउन सक्थे अथवा परिवारको बोझ बन्थे होला । तसर्थ कर्ता म होइन केवल म त माध्यम मात्र हुँ ।

चौथो कुरा मौका हो । असल समयमा मौका पाइयो तसर्थ यो अमुक कर्म गर्न सकियो । दान दिन र लिन पाइयो । यज्ञ गर्न र गराउन पाइयो र कर्म गर्न र गराउन पाइयो । यो सबै मौका कै कुरा हुन । मौका सँगै विचारको व्यापार पनि गर्न पाइयो । त्यही व्यापारले आध्यात्म मार्गमा ल्यायो । यसो नभएको भए म पनि द्रव्य पिचास नै त हुन्थे होला । तसर्थ यो अध्यात्मिक कर्मको कर्ता पनि म होइन । म त केबल माध्यम मात्र हुँ ।

पाँचौ कारण दैव नै हो । दैवले उद्देश्यमा लाग्न प्रेरित गर्नुभयो । साधनहरु जुटाइदिनुभयो । उत्प्रेरणा जगाई दिनुभयो, कामना भए पनि नभए पनि फल दिनु भयो । त्यसैले दैवि शक्ति कै कारण म यहाँ पुगेको छु । दैवी शक्तिकै कारण जीवात्मा र परमात्माका बारे अन्वेषण र

अनुसन्धानको काममा लाग्न पाइयो । तसर्थ म भौतिक रुपले हेर्दा कर्ता भए पनि म कर्ता होइन । ईश्वरीय शक्तिले मलाई कर्ता बनाएको मात्र हो ।

मानिस त केवल टेलिभिजनको सेट मात्र हो न यसले कर्म गर्दछ न त कर्म नै गराउँछ । रिमोट परमेश्वर सँग छ, त्यो रिमोटले माथिका ५ कारणहरु सक्रिय गराइन्छ र हामी कर्म गर्दछौं र कर्ता हुन पुग्दछौं । तीनै ५ कारणलाई निस्क्रिय गराउँदा हामीमा वैराग्य आउँछ र अकर्म गर्न पुग्दछौं । हामी न त कर्ता है, न त कारक नै । हामी त परमेश्वरले बनाएको माध्यम मात्र हौं ।

भगवत गीताको १८।१६ मा भनिएको छ जसले माथिका ५ कारण नबुझी म नै कर्ता हुँ भन्दछ भने न उ केही जान्दछ, न जान्ने प्रयत्न नै गर्दछ । बाहिरी सतह अथवा भौतिकवादी आँखाले हेर्दा मैले यति कमाएँ । मैले यति पढे । मैले यति पढाएँ । मैले यति यज्ञ गरे । मैले यति दान, ध्यान र ज्ञानको काम गरे भनेर आफूलाई कर्ता भन्छ । उ असलमा न त कर्ता हो न अकर्ता नै हो बरु परमेश्वरले निश्चित उद्देश्य प्राप्त गर्न खडा गरेको माध्यम मात्र हो । उ नभए अरु कसैले त्यो कर्ता हुने भ्रम प्राप्त गर्न पाउथ्यो । यीनै ५ कारण व्यक्ति म सफल भए भन्छ । वास्तवमा न उ सफल हो न असफल नै ।

दोस्रो चरणमा कर्म योगको चश्माबाट कर्तामा अकर्ता र अकर्तामा कर्ता हेर्ने कोसिस गरे । भगवानले तपाईलाई प्रयाप्त शक्ति दिनु भएको छ । त्यही शक्तिको प्रयोग गरोस् भनेरै तपाईलाई सही स्थानमा कर्म गर्न ल्याई दिनु भएको छ । तपाईलाई सही साधन र स्रोत पनि जुटाई दिनु भएको छ । अब कर्मका लागि बटम थिचि दिनु हुन्छ । ज जसले त्यो ईश्वरीय शक्ति चिने र निष्काम कर्ममा होमिए उनीहरुले क्षणिक कर्ता हुने अवसर प्राप्त गरे र क्षणिक सिद्धि प्राप्त गरे । उनीहरु कर्ता होइनन्, न त कारक नै हुन्, उनीहरुलाई क्षणिक सिद्धी प्राप्त गर्ने अवसर भगवानले प्रदान गर्नु भएको मात्र हो । त्यसैले कर्तापनलाई निषेध गर्न जरुरी छ ।

वास्तवमा जीवात्माका कर्ता वा अकर्तापन अन्तःकरण र संस्कारबाट आउँछ । शुद्ध आत्मामा कर्तापन हुँदैन । जब जीवात्माको

प्रकृतिसँग सम्बन्ध बढ्दै जान्छ तबमात्र उसमा कर्तापन आउँछ। कर्तापन आउनु भनेको आत्मा प्रदुषित वा कुषित हुनु हो अथवा आत्मामा अपवित्रता जम्मा हुनु हो ।

तेस्रो चरणमा भगवत गीताको त्यही भावलाई प्रकृतिको चश्माबाट हेर्ने कोसिस गरे । वास्तवमा कर्म प्रकृति कै उत्प्रेरणाबाट प्राप्त हुन्छ अथवा कर्ता बनाउने कार्य प्रकृतिले गर्दछे। प्रकृतिबाटै गुणहरु उत्पन्न हुन्छन् । तीनै गुणहरुका कारण मानिस कर्म गर्दछ र कर्ता हुन पुग्दछ। मानिसको मन प्रकृति तत्वको संसर्गबाट उसमा लोभ, मोह, द्वेष उत्पन्न हुन्छ । त्यही लोभ, मोह र द्वेषका कारण मानिस सकाम कर्म गर्दछ ।

तसर्थ कर्ता बनाउने कारक तत्व भनेको त्रिगुणमयी माया हो । जब माया नै भ्रम मात्र हो भने त्यो मायाका कारण गरिने कर्म पनि भ्रम मात्र हुन् र कर्ता पनि भ्रम मात्र हो। वास्तविक कर्ता भनेको परमेश्वर नै हुन् । अकर्ता भनेको पनि परमेश्वर नै हुन् किनकी रिमोट उनको हातमा छ । हामीलाई कर्ममा लगाउने वा अकर्ममा लगाउने हाम्रा संस्कारले निश्चित गर्दछ । परमेश्वर हाम्रो संस्कार अनुसार कर्ताको भूमिका प्रदान गर्नु हुन्छ। तसर्थ प्रकृति तत्व भन्दा माथि र गुण दोषबाट मुक्त हुनुहुन्छ। हामीमा प्रकृति तत्व बढ्ने बित्तिकै म कर्ता हुँ भन्ने भान पर्दछ ।

जब पुरुष तत्व बढ्छ म आफू कर्ता होइन भन्ने ज्ञान हुन्छ । महाभारतको युद्धमा कर्ता अर्जुन अथवा पाण्डव होइनन् न त कौरवहरु नै हुन् यी त माध्यम मात्र हुन् । यी पात्रहरु मात्र हुन् । जसरी नाटक कथा र पटकथा कसैले लेख्छ र निर्देशन गर्छ, असली कर्ता उ हो। त्यस नाटकलाई मन्चन गर्न केही पात्रहरु खोजिन्छ र उनीहरुलाई उपर्युक्त भूमिका प्रदान गरिन्छ। त्यसै गरि महाभारतको सम्पूर्ण डिजाइन श्रीकृष्ण स्वयंले तयार गर्नुभएको हो। अर्जुन, दुर्योधन, धर्मराज, कर्ण आदि त त्यो नाटकमा भाग लिने कलाकार मात्र हुन, न त पाण्डवले जितेको हो, न त कौरवले हारेको नै हो, उनीहरु सबै सृजना गरिएका पात्र अथवा ज्ञान प्रदान गर्ने अभिप्रायले खडा गरिएका माध्यम मात्र हुन् । कर्ता भनेको अक्षरातित श्री कृष्ण स्वयं हुन् । उनले शक्ति प्रदान गर्दा अर्जनु र भीम

शक्तिशाली भएका हुन् । शक्ति खिच्ने बित्तिकै उनीहरु साधारण व्यक्ति हुन पुग्थे ।

अर्को उदाहरण राम स्वयं हुनुहुन्छ । राम लेखेको ढुँगा तैरन्थ्यो नलेखेको डुब्थ्यो । उपरवाला रामबाट रामायणका पात्र रामलाई शक्ति प्रदान गरिएको थियो । राम लेखेको डुँगा तैरने, म स्वयं राम, मैले डुँगा राखे भने तैरिहाल्छ भनेर ढुँगा राख्दा ढुँगा डुब्यो । किनकी त्यस बखत उपरवाला रामले शक्ति खिचिदिनु भयो तसर्थ राम, हनुमान लक्ष्मण सबै माध्यम मात्र हुन उनीहरु भौतिक रुपले कर्ता देखिएता पनि उनीहरु माध्यम मात्र हुन् । कर्ता त उपरवाला सर्वशक्तिमान राम हुन् । जब राम त कर्ता हुनु भएन भने तपाई हामी कसरी कर्ता हुन सक्छौं । कर्ता त परमेश्वर स्वयं हुनुहुन्छ, वहाँले जे भुमिका दिनुहुन्छ हामी त्यही भूमिका निर्वाह गर्छौं । हामी कर्ता होइनौ, हामीमा लोभ, मोह र द्वेष छ हाम्रा कर्मबाट प्रतिक्रिया प्राप्त हुन्छ । त्यसैले हामी अकर्ता पनि होइन ।

चौथो चरणमा भगवत गीताको त्यही श्लोकलाई पुनः कर्म र कर्म बन्धनका दृष्टिकोणबाट अध्ययन गरे । जब हामी कर्ता भनी कर्म गर्छौं त्यसबाट प्रतिक्रिया प्राप्त हुन्छ । जव कर्मफलको कामना हुन्छ तब हामी कर्मबन्धनमा पर्छौं अथवा संसारिक जाल भित्र फस्न पुग्छौं । यदि म आफू कर्ता होइन र फलको प्राप्त गर्ने अधिकारी पनि होइन भनेर कर्म गर्छ भने उ कर्मबन्धनमा बाँधिदैन । तसर्थ आफू कर्ता होइन भनेर जानी कार्य सम्पादन गर्दै जाने हो भने लोभ, मोह र द्वेषबाट मुक्त हुन सकिन्छ । निष्काम कर्म गर्ने व्यक्ति कर्ता हुँदा हुँदै पनि अकर्ता हो । अकर्ता भएपछि कर्मबन्धनमा फस्ने कुरै भएन ।

पाँचौ चरणमा कर्तामा मैले अकर्ता देखे र अकर्तामा पनि कर्ता देखे । अर्जनु भौतिक रुपमा कर्ता हुन् तर पनि उनले सबै कर्म श्रीकृष्णमा समर्पण गरेर सम्पादन गरे । त्यसले उनी अकर्ता हुन् । अकर्ता भए पछि पुण्य र पाप दुवै लाग्ने कुरा भएनन् । हनुमानले पनि सम्पूर्ण कर्म श्रीराममा समर्पण गरेर गरे त्यसैले उनी कर्ता हुँदा हुँदै पनि अकर्ता हुन् अथवा माध्यम मात्र हुन ।

भीष्म पितामह युद्धको हार जीत नचिताई युद्ध गर्थे । उनी हारमा पनि जीत देख्थे । यसरी हेर्दा उनी अकर्ता हुन् तर उनी सत्य र न्यायको

पक्षमा लागेनन् । तसर्थ उनी छलकपटमा अप्रत्यक्ष रुपमा सामेल भए । तसर्थ उनी कर्ता हुन पुगे । कर्णको हकमा पनि त्यही कुरा लागु हुन्छ । तसर्थ यी अकर्ता हुँदा हुँदै पनि कर्ता बन्न पुगे ।

कर्मबन्धनबाट मुक्त हुने हो भने आफू कर्ता होइन सबै परमेश्वरबाट गराइएको हो म त केबल माध्यम अथवा रचिएको पात्र मात्र हुँ भनी कर्म सम्पादन गर्नु पर्छ । यसबाट अध्यात्मिक शक्ति प्राप्त हुन्छ । म कर्ता होइन भनी कर्म गरियो भने त्यसबाट प्राप्त हुने सुख, दु:ख अथवा प्रतिक्रियाबाट अलग हुन पुग्छ । संबैधानिक राजा प्रतिक्रियाबाट मुक्त हुन्छन् । त्यस्तै सबै परमेश्वरमा समर्पण गर्ने हो भने अर्जुन र हनुमान कर्ता हुँदा हुँदै पनि अकर्ता हुन पुगे । त्यस्तै हामी पनि कर्ता हुँदा हुँदै पनि अकर्ता बन्न पुग्छौं । अब अकर्ता हुन्छौं । हामी पुण्य र पापबाट अलग हुन पुग्छौं । त्यहाँ न पुण्यको लोभ हुन्छ, न त पापको डर नै । त्यो भनेको आत्मज्ञानी हुनु हो ।

भरत पनि कर्ता हुँदा हुँदै अकर्ता बन्न पुगे । उनीले राज्य सञ्चालन गरे तर सबै श्रीरामको नाममा, उनी कर्मयोगी हुँदा हुँदै पनि कर्म सन्यासी हुन् । उनले रामको खराउ राखेर रामकै नाममा सम्पूर्ण कुरा परमेश्वरमा समर्पण गरेर आफू अकर्ता बनेर राजकाज सञ्चालन गरे । कर्मबन्धनबाट मुक्त बने । लक्ष्मण पनि अकर्ता थिए । उनले आफ्ना सम्पूर्ण चाहानाहरुलाई तिलान्जली दिई रामको इच्छालाई आफ्नो इच्छा माने । जब वहाँसँग आफ्ना इच्छा नै थिएनन् भने कर्ता बन्ने कुरै भएन । उनले जे कर्म गरे पनि रामकै इच्छाका कर्महरु गरे । तसर्थ उनी अकर्ता बन्न पुगे । अकर्ता भएपछि कर्मफलको बन्धनमा पर्ने कुरै भएन । अकर्ता बन्ने हो भने आफ्ना सबै चाहानाहरुलाई तिलान्जली दिनु पर्छ । कर्म त गर्न पर्छ तर त्यही कर्म अकर्ता बनेर गरियो भने कर्म बन्धनमा परिदैन।

लक्ष्मणले भाइको रुपमा सेवा नगरेर सेवक(शुद्र) को रुपमा भगवान रामको सेवा गर्नुभयो । वहाँलाई थाहा थियो रामको भाइ बनेर कर्म गरियो भने कर्ता हुन पुगिन्छ । राम्रो नराम्रो, ठीक बेठिक हुन पुग्छ, सुख, दु:ख हुन जान्छ त्यसो भयो भने वहाँ कर्ता हुनुहुन्थ्यो र वहाँ कर्म बन्धनमा बाधिनु हुन्थ्यो । वहाँले एउटै औषधीले दुईवटा रोग निको पार्नुभयो । कर्ता बनेर पनि अकर्ता हुनु भयो । भाइ भएर पनि सेवक बन्नु भयो । त्यसैले राम शब्दले हनुमान र लक्ष्मण दुवैलाई समेट्छ

किनकी लक्ष्मण र हनुमान दुवैका आफ्ना इच्छा थिएनन् सबै आफ्ना चाहाना वा इच्छालाई तिलान्जली दिएर रामकै इच्छामै सबै कर्महरु गर्नुभयो । त्यसैले वहाँहरु दुवै अकर्ता हुन पुग्नु भयो । अकर्ता भएपछि न त पुण्य आर्जन गर्ने लोभ, न त पापको नै डर । न त लोभ र मोह नै । मोह थियो त एक मात्र परमेश्वर को । त्यसैले कर्तामा अकर्ता हुनु भनेको कर्मबन्धनबाट मुक्त हुनु हो ।

यदि कर्ता भनेर दान, ध्यान र यज्ञ गर्दछौं भने प्रज्ञा र ज्ञान प्राप्त हुँदैन । मानिस म कर्ता हुँ भन्ने घमण्ड बढ्छ । जब कृतिको तृष्णा बढ्छ, धनको तिष्णा बढ्छ र यौनको तिष्णा बढ्छ अनि अध्यात्मिक बाटो विस्तारै बन्द हुन्छ । अकर्ता हुने बित्तिकै उसमा घमण्ड हुँदैन । इर्ष्या र लोभ कम हुँदै जान्छ । त्यसबाट ज्ञान र प्रज्ञाको ढोका खुल्छन् र आत्मा साक्षात्कार वा परिनिर्माण प्राप्त गर्ने बाटो खुल्छ । त्यसैले कर्ता हुँदा हुँदै पनि अकर्ता बन्न जरुरी छ । हामीले राजशी र तामसी दान, ध्यान र यज्ञ गर्छौं भने हामी अकर्ता हुँदा हुँदै पनि कर्ता बन्न पुग्छौं र कर्मबन्धनमा बाधिन्छौं । त्यसैले अकर्ताबाट कर्ता बन्ने होइन बरु कर्ता हुँदै हुँदै पनि अकर्ता बन्नु यो लोक र परलोक दुवैमा फाइदाजनक कुरा हो । यसबाट दिगो शान्ती र आनन्द प्राप्त हुन्छ ।

उपनिषदहरुमा ज्ञानलाई नौकाको रुपमा वर्णन गरिएको छ । अथवा ज्ञानले लोभ, मोह, द्वेष, घमण्ड र आलस्यलाई हटाई दिन्छ । ज्ञानले ती लोभ, मोह, द्वेष, घमण्ड र आलस्यलाई भष्म पारिदिन्छ । त्यसैले ज्ञानअग्नी भनिएको हो । कर्ता हुँदा हुँदै अकर्ता देख्नु ज्ञान प्राप्त गर्नु हो । त्यो ज्ञानले नै मोक्षको बाटो तिर लैजान्छ ।

एक जना साथीले प्रश्न गर्नुभयो । यो त वडो राम्रो उपाय भयो । आफ्ना शत्रुहरुलाई हिंसा र हत्या गर्नु अनि "म" अकर्ता बनेपछि भई हाल्यो । ती पापबाट मुक्ति पाइहालियो । बुझ्न के जरुरी छ भने अकर्ताको भावना कर्म गर्नु भन्दा पहिला आउनु पर्छ कर्म गरि सकेपछि कसरी अकर्ता हुन्छ र प्रतिक्रिया प्राप्त भए पछि त कर्म भइहाल्यो नि । कर्म गर्नुभन्दा पहिले नै म कर्ता होइन भनेर कर्म गऱ्यो भने प्रतिक्रिया प्राप्त हुँदैन । रामायण राम र रावण बीचको युद्ध थियो । कसैले पनि भन्दैन लक्ष्मण र रावण बीचको युद्ध थियो । कारण लक्ष्मण अकर्ता थिए, माध्यम मात्र ।

अर्जुन अकर्ता थिए । उनी कृष्णकै इच्छामा आफ्ना सबै कर्महरु देख्दथे । त्यसैले धनुर्धारी अर्जुन पनि कर्ता हुँदा हुँदै अकर्ता बन्नु भयो । उनमा देही र देहको ज्ञान युद्ध भन्दा पहिले नै आइसकेको थियो । त्यसैले उनी श्री कृष्णको निमित्त मात्र बनेर कर्म गरिरहेका थिए । त्यसैले उनी कर्ता हुँदा हुँदै पनि अकर्ता हुन पुगे कर्म बन्धनबाट मुक्त भए ।

अध्याय १८

यज्ञ, दान र तपस्या

यज्ञे तपसी दाने च स्थितिः सदति चोच्यते ।
कर्म चैव तदर्थीयं सदित्येवाभिधियत ॥ १७।२७

माथि वर्णन गरि सकियो प्रकृति तत्वबाट मानिसमा तिष्णा बढ्छ त्यही तिष्णाबाट लोभ, मोह र द्वेषको उत्पत्ति हुन्छ। अथवा सोझो रुपमा भन्दा प्रकृति तत्वबाटै लोभ, मोह र द्वेषको उत्पत्ति हुन्छ। त्यसो हो भने त्यो लोभ, मोह र द्वेषबाट छुटकारा पाउने उपाय पनि त होला नि। तिनीहरुलाई निरोध गर्ने खोप अथवा औषधी पनि त छन् होला नि भनेर भगवत गीताको १७ औं अध्यायको अध्ययन गरे। यसबाट बोध भयो यज्ञ, दान र तपस्याबाट लोभ, मोह र द्वेषको निरोध हुन्छ।

पहिलो चरणको अध्ययनमा दृढ विश्वास साथ व्यक्तिले यज्ञ, दान र तपस्या गर्छ भने उ सत्यको नजिक पुग्छ र सत्य कहलाउछ। सत्य कहलाउनु भनेको लोभ, मोह र द्वेषबाट मुक्त हुने उपाय जान्नु हो।

दोस्रो चरणमा त्यही श्लोकको अध्ययन गर्दा कसरी यी पवित्र कर्मबाट लोभ, मोह, दोष अथवा गुणहरुबाट मुक्त होइन्छ भन्ने हेतुले पुनः भगवत गीताको अध्ययन गरे। प्रवृति तत्व बढे पछि गुण बढ्दछन् अथवा लोभ, दोष, मोह बढ्दछन्। प्रकृति तत्वलाई निष्तेज पार्ने तत्व भनेको पुरुष तत्व हो। त्यसैले पुरुष तत्व बढाउन कोसिस गर्नु पर्छ। पुरुष तत्व बुझ्न ध्यान, यज्ञ(त्याग), दानको साधना गर्नुपर्छ। प्रकृतिले लिन सिकाउछ भने पुरुषतत्वले दिन सिकाउँछ। लिदा प्रकृतितत्व सक्रिय हुन्छ भने दिदा पुरुषतत्व सक्रिय हुन्छ। त्यसलाई निष्तेज वा भष्म गर्ने त्यागबाट मानिसमा मोह छुट्छ। मोह छुट्याउने हो भने यज्ञ अथवा त्याग गर्नै पर्छ। यज्ञ भनेकै त्याग हो। गलत कर्म अथवा कुकर्मको त्याग हुनै पर्छ। धनमोह, पुत्रमोह, यौनमोह, सुवासमोह र सम्बन्धको मोह

त्याग गर्न उपर्युक्त हुन्छ । जब मोह घट्छ मानिस स्वतः पुरुषतत्व बुझ्नतिर लाग्छ। पुरुष तत्व भनेको सत् हो र परा प्रकृति चाही असत् हो किनकी यो परिवर्तन भइरहन्छ।

यसको साथ साथै त्यागबाट लोभ र क्रोध समेत कम हुन पुग्छ । जब भौतिक बस्तु त्याग गर्दै जान्छौं मानिसमा लोभ कम हुँदै जान्छ। जब मोह र लोभ कम हुन्छ तब क्रोध पनि कम हुन्छ अथवा त्यागले तिष्णाको निरोध गर्दछ । त्यसैले सत्यकुरा (पुरुष तत्व) बुझ्न र लोभ मोहबाट छुट्कारा पाउन यज्ञ अथवा त्यागको साधना गर्न जरुरी छ । जसरी यज्ञको अग्नीले हवन गरेका वस्तुलाई भष्म बनाउँछ। त्यसै गरी अन्तकरणको अग्नीले लोभ, मोह र द्वेषलाई डडाउँछ । जसरी यज्ञमा अग्नीको ज्वाला बढ्छ र होम गरेका चरु डडाउँछ, त्यसै गरी नचिकेत अग्नी अथवा आन्तरिक अग्नीले पनि लोभ, मोह र द्वेषलाई डडाउँछ र पुरुष तत्वको नजिक पुऱ्याउँछ। तील, चामल, घ्यू भनेको लोभ, द्वेष र मोह हुन् । यी तीन चीजलाई होम गर्नु भनेको लोभ, द्वेष र मोह लाई डडाउँनु हा, बाहिरका भौतिक पदार्थ डडाउनु होइन्, आन्तरिक तत्व ।

दोस्रो उपाय भनेको तप वा ध्यान हो । लोभ, मोह र द्वेष मानिसको मनभित्र पलाउँछ। त्यसैले यसको निरोध पनि मनबाटै गर्न आवश्यक छ। ध्यानले मनलाई अथवा चित्तलाई बरालिन दिदैन । मन एउटा वस्तुबाट अर्को वस्तुमा उडेर जादैन । जब मन बरालिदैन भने अपवित्रा (लोभ, मोह र द्वेष) मनमा आउँदैन। जति मन भाग्छ त्यति नै लोभ, मोह र द्वेष मनमा आएर मन प्रदुषित हुन्छ । योगः चित्त वृति निरोध भनेर त्यसै पतन्जलीले भन्नुभएको होइन । चित्तका वृति निरोध गर्ने हो भने योग र ध्यान गर्नुपर्छ जसले मन भित्रका अपवित्रता(लोभ, मोह, द्वेष, घमण्ड र अज्ञानता) लाई नष्ट गरिदिन्छ । जब अपवित्रता हट्छन् व्यक्ति सत अथवा पुरुष तत्वलाई बुझ्दछ अथवा पुरुषतत्व बुझेको ज्ञाता कहलाउँछ।

तेस्रो अमुक औषधी भनेको दान हो। १) दान श्रद्धा पूर्वक दिइन्छ । यसबाट घमण्ड हटाउँछ। २) लोभको विपरित कुरा दान हो। त्यसैले यसले लोभलाई कम गराउँछ। ३) दानले हृदय र मनलाई सफा गर्छ। यसले मन र हृदय भित्रका अपवित्रा हटाउँछ । ४) दान दिएपछि अध्यात्मिक उर्जा प्राप्त हुन्छ। जुन उर्जाले त्यो व्यक्तिलाई मात्र नभएर

समाजलाई नै अध्यात्मिक ज्ञान प्रदान गर्दछ । तसर्थ अरुलाई सहयोग पुऱ्याउने कुरा त छदैछ त्यो भन्दा बढी दानले दातालाई नै फाइदा पुऱ्याउँछ । ५) दानबाट लोभ, मोह र क्रोध भाग्छ र मनमा शान्ती र आनन्दको उदय हुन्छ । साराँशमा यज्ञ, तप र दानले लोभ, मोह र दोष हटाई सत्(पुरुषोत्तम) को नजिक पुऱ्याउँछ अथवा आत्मा साक्षात्कारको बाटोमा अगाडि बढाउँछ ।

तेस्रो चरणमा यही श्लोकलाई प्रवृत्तिमार्ग र निवृत्तिमार्गबाट बुझ्ने कोसिस गरे । प्रवृत्तिमार्गबाट बुझ्दा यी ३ उपायबाट मानिस प्रवृत्तितत्वमा रहदा रहदै पनि लोभ, मोह र द्वेषलाई क्रमश दान, त्याग र ध्यानबाट कम गर्नुपर्छ । जसबाट कर्म गरे पनि कर्मबन्धनमा बाँधिदैन । यस्तो अवस्था भनेको प्रकृत्ति र पुरुषबीचको समान दुरीमा बस्नु हो । प्रकृति प्रदत्त कार्य पनि पुरुषोत्तममा समर्पण गरेर निवृती मार्ग अपनाउँनु पनि सांख्य नै हो । सांख्याको दृष्टिकोणबाट हेर्दा काम्यक कर्मको त्याग, ध्यान र दानको माध्यमबाट प्रकृति तत्वबाट अलग हुन पुग्छ । लोभ, मोह र द्वेषको मनमा उत्पत्ति नै हुँदैन अथवा त्यसको निरोध हुन्छ । असली सन्यासीहरुमा लोभ, मोह र द्वेष कत्ति पनि हुँदैन । उनीहरुमा ज्ञान र प्रज्ञा मात्र हुन्छ । सांख्यबाट लोभ, मोह र द्वेषको निरोध हुन्छ भने निष्काम कर्म योगबाट व्यक्तिमा लोभ, मोह र द्वेष कम हुन्छ । प्रकृति तत्वबाट पूर्ण रुपमा अलग नभए पनि उ पुरुष तत्वको नजिक हुन पुग्छ अथवा परम सत्यको नजिक पुग्न सक्छ । त्यसैले पनि सांख्यबाट प्राप्त हुने सिद्धि कर्मयोगबाट पनि मिल्दछ ।

तालिका १: दान, यज्ञ, र तप को असर

पवित्र कर्म	प्रमुख असर	सहायक असर	प्रभाव
दान	लोभ घटाउँछ	मोह, द्वेष, घमण्ड कम गर्छ	मनमा शान्ती
यज्ञ	मोह घटाउँछ	लोभ र द्वेषलाई कम गर्छ	आनन्द छाउँछ
तप	क्रोध घटाउँछ	लोभ र मोह कम गर्छ । प्रेम मैत्री बढाउँछ	

चौथो चरणमा त्यही श्लोकलाई अध्ययन गर्दा दान, ध्यान र त्यागको प्रमुख असर र सहायक असरको तेरिज बनाएर अन्तर सम्बन्धबाट हर्ने कोशिस गरे ।

दान, तप र यज्ञबाट मानिस भित्र प्रज्ञा पलाउँछ । उसको मन र हृदय कन्चन सफा हुन्छ । जब मन सफा हुन्छ, त्यहाँ पुरुषोत्तम विराजमान हुनुहुन्छ । त्यसैले दान, तप र यज्ञलाई ज्ञान र प्रज्ञा प्राप्तिको साधन अथवा पुरुषोत्तम कहाँ पुग्ने साधनको रुपमा बुझ्नु पर्छ । जति जति हृदय र मन सफा हुन्छ, त्यति नै प्रज्ञा पलाउँदै जान्छ । जति जति प्रज्ञा पलाउँछ त्यति नै अहंकार लोभ, मोह, द्वेष हटदै जान्छन् ।

तालिका २: दान, यज्ञ, र तप को असर

दान, तप र यज्ञ	छुटकारा वा असंग (detachment)	संवद्ध (attachment)
	प्रकृति तत्वबाट छुटकारा	पुरुष तत्व प्रति संवद्ध
	लोभ, मोह, द्वेष, घमण्ड र अज्ञानताबाट छुटकारा	ज्ञान र प्रज्ञा प्राप्ति

असंवद्ध वा असंग भएपछि ईश्वरीय प्रेम मैत्री बढाउँछ जसबाट ज्ञान र प्रज्ञा प्राप्ति हुन्छ ।

सन्दर्भसूचि

अडगडानन्द (२००१). श्रीमद्भगवतगीता, यथार्थगीता । परमहंश श्वामी अडगडानन्द आश्रम ट्रष्ट। उत्तर प्रदेश, भारत

प्रभुपाद, एस. (१९७२). भगवतगीता यथारुप । पूर्ण संस्करण कोलियर म्यामिलियन प्रकाशन, लन्डन ।

शिवानन्द (२०००). भगवतगीता । डिभाइन लाइफ सोसाइटी, भारत ।

उपाध्याय, कोमलनाथ (वि सं २०१८). पञ्चरत्नगीता कोमलगीता । यशोधा पुस्तकालय, वाराणसी ।